

ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ

ਬਾਰੂਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ



ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਮੁਫਤ
ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ।



ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ

© ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ

ਰਿਵਾਇਜ਼ਡ ਐਡੀਸ਼ਨ 2023-24 1,67,872 ਕਾਪੀਆਂ

All rights, including those of translation, reproduction
and annotation etc.. are reserved by the
Punjab Government

ਚਿਤਾਵਨੀ

1. ਕੋਈ ਵੀ ਏਜੰਸੀ-ਹੋਲਡਰ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ ਬਸੂਲਣ ਦੇ ਮੰਤਵ ਨਾਲ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ 'ਤੇ ਜਿਲਦਸਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।
(ਏਜੰਸੀ-ਹੋਲਡਰਾਂ ਨਾਲ ਹੋਏ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ. 7 ਅਨੁਸਾਰ)
2. ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੁਆਰਾ ਛਪਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੇ ਜਾਨੀ/ਨਕਲੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਂ
(ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ) ਦੀ ਛਪਾਈ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ, ਸਟਾਕ ਕਰਨਾ, ਜਮ੍ਹਾਂਗੋਰੀ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਆਦਿ ਕਰਨਾ ਭਾਰਤੀ ਦੇਸ਼-
ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਫੌਜਦਾਰੀ ਜੁਰਮ ਹੈ।
(ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੀਆਂ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਬੋਰਡ ਦੇ 'ਵਾਟਰ ਮਾਰਕ' ਵਾਲੇ ਕਾਗਜ਼ ਉੱਪਰ ਹੀ
ਛਪਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।)

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਕੱਤਰ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ, ਵਿੱਦਿਆ ਭਵਨ, ਫੇਜ਼-8, ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ-
160062 ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਅਤੇ ਮੈਸ. ਪਾਇਨੀਅਰ ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼, ਆਗਰਾ ਦੁਆਰਾ ਛਾਪੀ ਗਈ।

ਕੌਮੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਖਾਕਾ (ਐੱਨ. ਸੀ. ਐੱਫ.)-2005 ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਖਾਕਾ (ਪੀ. ਸੀ. ਐੱਫ.)-2013 ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦਾ ਬੋਝ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਹਾਮੀ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਅਹਿਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਇਸ ਪੱਖ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿਰਫ਼ ਜਮਾਤ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰਵਾਇਤੀ ਵਿਧੀ ਤੋਂ ਜ਼ਰਾ ਹਟ ਕੇ ਬਾਹਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਜਗਤ ਨਾਲ ਵੀ ਜੁੜੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਮਹਿਜ਼ ਕਿਤਾਬੀ ਇਲਮ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਸਰਵਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਬਣ ਸਕੇਗਾ।

ਸ੍ਰੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਕੁਮਾਰ ਆਈ. ਏ. ਐੱਸ., ਸਕੱਤਰ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਬਿਰਤੀ ਦੀ ਰੂਹ ਫੂਕੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਸਰਵਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਉਸ ਦੇ ਨੈਤਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਜੋਕੇ ਪਦਾਰਥਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਚੰਗਾ ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ ਤਾਂ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਅਸਲੀ ਸਭਿਅਕ ਹੋਣ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲੋੜ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੈਸ਼ਨ 2020-2021 ਤੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰੀ-ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਤੋਂ ਬਾਰੂਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੱਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮਨੁੱਖੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਸਬੰਧੀ ਮਿਆਰੀ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਹਾਰ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੀ ਆਪਣੇ ਉੱਚ ਇਮਲਾਕ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਮਾਣਮੱਤਾ ਧੁਰਾ ਬਣ ਸਕਣ ਦੀ ਸੋਝੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਨਵੇਂ ਵਿਸ਼ੇ 'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ' ਦੀ ਹਥਲੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਇਸ ਦੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਸੁਹਿਰਦ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਭਰਪੂਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵਿਸ਼ਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਬਹੁ-ਮੁਖੀ ਅਤੇ ਬਖ਼ਸ਼ੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕੇ। ਯਕੀਨਨ ਹੀ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਨਵੇਂ ਵਿਸ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਉੱਚ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਇਸ ਯੁੱਗ ਦਾ ਹਾਣੀ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸੱਭਿਅਕ ਮਨੁੱਖ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇਗੀ।

ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਇਸ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਭਵਿੱਖਤ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਲਈ ਰਿਣੀ ਰਹੇਗਾ।

ਚੇਅਰਪਰਸਨ

ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

“ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਆਂ, ਅਧਿਕਾਰਤਾ ਅਤੇ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿਭਾਗ”, ਪੰਜਾਬ।

ਮੁੱਖ-ਬੰਦ

ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਾਲ 2020-2021 ਤੋਂ ਪੰਜਾਬ ਭਰ ਦੇ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਅਰੰਭੇ ਗਏ 'ਸਵਾਗਤ ਜਿੰਦਗੀ' ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਜਗਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਵਿਲੱਖਣ ਹੋਂਦ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰ ਸਕਣ। ਇਸ ਮਨੋਰਥ ਲਈ ਹਥਲੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰਜ ਕਰ ਰਹੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕੀ ਮਾਹਰਾਂ ਦੀ ਦੇਣ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਇਸ ਉਪਰਾਲੇ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੱਕ ਪੁੱਜਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਇੱਕ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਹਥਲੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਬਾਰ੍ਹਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਨਿੱਜੀ, ਸਮਾਜਿਕ, ਉਮਰ ਸੰਬੰਧੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਵਿਰੁੱਧ, ਲਿੰਗਕ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਸੰਬੰਧੀ, ਛੇਸਲਾ ਨੱਟਾ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਸੰਬੰਧੀ ਅਤੇ ਸਮੂਹਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਪਸਾਰ ਨੂੰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ, ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ, ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਅਦਾਰਿਆਂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ, ਬਖਸ਼ੀ ਨਿਮਾਰ, ਸਮੂਹਿਕ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਾਰਥਕ ਅਗਵਾਈ, ਮੁਸ਼ਹੂਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਲਈ ਗੁੱਸੇ ਅਤੇ ਤਨਾਅ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ, ਮਨੁੱਖੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਭਰੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ, ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਔਕੜਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਲੱਭਣਾ, ਸ਼ਿਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਸਮਾਜ ਦੇ ਭਲੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਆਦਿ ਉਪ-ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਤੀਖਣ ਕਰਦਿਆਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਸ਼ੋਮਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਖ ਦਾ ਖਿਆਲ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦੇ ਅਸੀਮ ਬਿਰਤਾਂਤ ਵਿੱਚੋਂ ਇਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਅਨੁਸਾਰ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਪ੍ਰਯੋਗੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਮਹਿਕ ਅਛੱਪਲੇ ਜਿਹੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਕਿਰਦਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਵੇ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਕੋਈ ਮਾਨਸਿਕ ਦਬਾਅ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਰਸਮੀ ਸਿੱਖਿਆ ਉੱਤੇ ਵੀ ਨਾ ਪਵੇ। ਇਸ ਮਨੋਰਥ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਉਹ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕੁਦਰਤੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਬਹੁ-ਮੁਖੀ ਸਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ। ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਲਘੂ-ਕਹਾਣੀਆਂ, ਨਾਟਕ ਅਤੇ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਇਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਿਰਜੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵੀਡੀਓ ਰੂਪਾਂਤਰਨ ਇਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਗਵਾਈ ਦੇ ਰਹੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਇਹ ਦਿੱਤਾ-ਸਮਾਨ ਵਿਧੀ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਰ ਪਾਠ ਨੂੰ (i) ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਜਾਣਬਾਗੀ, (ii) ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ, (iii) ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਤੌਰ ਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ (iv) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੱਲੋਂ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਜਿਹੇ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਕੇ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਆਮ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਸਰਲੀਆਂ ਬਣਾ ਸਕਣ।

ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਉੱਚ-ਪੱਧਰੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਅਮਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਤੱਕ ਅਨੇਕਾਂ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਕ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੇ ਆਪ-ਆਪਣਾ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਦਾ ਰਿਣੀ ਹੀ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਦੀ ਅਗਰਭੂਮੀ ਅਤੇ ਪਿੱਠਭੂਮੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਖਸੀਅਤਾਂ, ਵਿਦਿਅਕ ਮਾਹਰਾਂ ਅਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਚੇਚਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨਾ ਮੇਰਾ ਨਿੱਜੀ ਫਰਜ਼ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ੍ਰੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਕੁਮਾਰ ਆਈ. ਏ. ਐੱਸ., ਸਕੱਤਰ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ-ਕਮ-ਚੇਅਰਮੈਨ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ, ਸ੍ਰੀ ਇੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪੀ. ਏ. ਐੱਸ. ਡਾਇਰੈਕਟਰ (ਐੱਸ. ਸੀ. ਏ. ਆਰ. ਟੀ., ਪੰਜਾਬ), ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਨਿਰਮਲ ਕੌਰ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ('ਸਵਾਗਤ ਜਿੰਦਗੀ'), ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਅਮਰਜੀਤ ਕੌਰ ਵਾਲਮ ਡਿਪਟੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਕਾਦਮਿਕ (ਪੀ. ਸ. ਸ. ਬੋਰਡ), ਡਾ. ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੱਧਾ ਸਟੇਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ (ਪੜ੍ਹੇ ਪੰਜਾਬ, ਪੜ੍ਹਾਓ ਪੰਜਾਬ) ਅਤੇ ਡਾ. ਰਾਮਿੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਾਸੂ ਵਿਸ਼ਾ ਮਾਹਰ ਅਤੇ ਇੰਚਾਰਜ ਓਪਨ ਸਕੂਲ ਤੇ ਲੋਕ-ਸੰਪਰਕ (ਪੀ. ਸ. ਸ. ਬੋਰਡ) ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧੰਨਵਾਦ ਦੇ ਹੱਦਦਾਰ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਲੇਖਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਇਸ ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਸੁਧਾਈ, ਸੁਰਜ ਤੇ ਤਕਨੀਕੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸੁਨੀਤੀ ਸੂਰੀ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ, ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰੇਮ ਕੁਮਾਰ ਮਿੱਤਲ, ਡਾ. ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਸੰਦੀਪ ਕੌਰ, ਸਤਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਵਾ, ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਧੀ, ਹਰਮੇਸ਼ ਕੌਰ ਯੋਧੇ ਉਧਮ ਕੁਮਾਰ, ਗੁਰਬੀਰ ਸਿੰਘ, ਪਾਹੁਲ ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ ਅਤੇ ਪਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੁਨਾਮ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ। ਇਸ ਪਲੇਟੋ ਯਤਨ ਦੇ ਹਰ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਆਸ ਕਰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਇਸ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਵਾਲੇ ਮੁੱਲਵਾਨ ਉਪਰਾਲੇ ਲਈ ਸਦਾ ਰਿਣੀ ਰਹਾਂਗਾ।

ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਨਿਰਮਲ

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ

ਏ. ਐੱਸ. ਪੀ. ਡੀ., ਐੱਸ. ਸੀ. ਏ. ਆਰ. ਟੀ.

ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ

ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ

(ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਵਾਰਡੀ)

ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਅਤੇ ਸੰਪਾਦਕ

ਪਾਠ-ਪੁਸਤਕ ਰਚਨਾ ਕਮੇਟੀ

ਵਿਸ਼ਾ-ਮੁਲਕ ਅਗਵਾਈ:

- ਅਮਰਜੀਤ ਕੌਰ ਦਾਲਮ, ਉਪ ਸਕੱਤਰ (ਅਕਾਦਮਿਕ)
- ਰਾਮਿੰਦਰ ਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਾਸੂ, ਵਿਸ਼ਾ ਮਾਹਰ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ:

- ਸੁਮਿਤੀ ਨਿਰਮਲ, ਏ.ਐੱਸ.ਪੀ.ਡੀ. (ਕੁਆਲਟੀ), ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ

ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਅਤੇ ਸੰਪਾਦਕ:

- ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ (ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਵਾਰਡੀ), ਲੈਕਚਰਾਰ, ਅਲੀਵਾਲ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)

ਲੇਖਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਗੋਡਿੰਗ:

- ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ (ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਵਾਰਡੀ), ਲੈਕਚਰਾਰ, ਅਲੀਵਾਲ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)
- ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਗਰੇਵਾਲ (ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਵਾਰਡੀ) ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਸਟਰ, ਖੇੜੀ ਭਮੇੜੀ (ਲੁਧਿਆਣਾ)
- ਡਾ. ਅਰਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ (ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ) ਲੈਕਚਰਾਰ, ਬੀਰਮਪੁਰ (ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ)
- ਡਾ. ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ (ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ) ਲੈਕਚਰਾਰ, ਮਾਨਾ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ (ਫ਼ਿਰੋਜ਼ਪੁਰ)
- ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ (ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ), ਲੈਕਚਰਾਰ, ਜਲਾਲਾਬਾਦ (ਫ਼ਾਜ਼ਿਲਕਾ)
- ਪ੍ਰੇਮ ਕੁਮਾਰ ਮਿੱਤਲ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਸ.ਸ.ਸ. ਬੁੱਢਾ (ਬਠਿੰਡਾ)
- ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ, (ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ), ਲੈਕਚਰਾਰ, ਕਲਾਨੌਰ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)
- ਰਜਵੰਤ ਕੌਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਿਸਟ੍ਰੈੱਸ, ਮਾੜੀ ਬੁੱਢਿਆਂ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)
- ਮਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਲੈਕਚਰਾਰ, ਕਾਂਜਲੀ (ਕਪੂਰਥਲਾ)
- ਮਨਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਉਪ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ (ਐ.ਸੀ.), ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ
- ਸੁਨੀਤੀ ਸੂਰੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਲੈਕਚਰਾਰ, ਡਾਇਟ, ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ
- ਹਰਮੇਸ਼ ਕੌਰ ਯੋਧੇ (ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ), ਲੈਕਚਰਾਰ, ਮੁੰਡਲ (ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ)
- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੇਖੀ, (ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ), ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਸਟਰ, ਕੱਥਰਵੱਡਾ (ਫ਼ਿਰੋਜ਼ਪੁਰ)
- ਰਜਨੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਅਫ਼ਸਰ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਸ਼ਾਖਾ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ

ਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਗ੍ਰਾਫਿਕਸ:

- ਸੁਨੀਤੀ ਸੂਰੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਲੈਕਚਰਾਰ, ਡਾਇਟ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ
- ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ, ਲੈਕਚਰਾਰ, ਕਲਾਨੌਰ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)
- ਪਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੁਨਾਮ, ਏ.ਸੀ.ਟੀ., ਕੁਲਾਰਖੁਰਦ (ਸੰਗਰੂਰ)
- ਸਤਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਵਾ, ਲੈਕਚਰਾਰ, ਭਬਕਰਾ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)

ਤਕਨੀਕੀ ਕਾਰਜ:

- ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਫ਼ੈਕਿਲਟੀ, ਬਹੱਨਾ (ਮੋਗਾ)
- ਰਾਜੇਸ਼ ਬੇਰੀ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਫ਼ੈਕਿਲਟੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਰੀਵਿਊਰ:

- ਡਾ. ਰੂਬੀ ਗੁਪਤਾ, ਕਾਊਂਸਲਰ, ਸਟੂਡੈਂਟ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਸੈਂਟਰ, ਆਫਿਸ ਆਫ ਡੀਨ, ਸਟੂਡੈਂਟਸ ਵੇਲਫੇਅਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ
- ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਡਾਕਸ਼ਾ ਅਫ਼ਸਰ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ
- ਰਜਵੰਤ ਕੌਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਮਿਸਟ੍ਰੈੱਸ, ਮਾੜੀ ਬੁੱਢਿਆਂ (ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ)

ਤਤਕਰਾ

ਪਾਠ ਨੰ.	ਪਾਠ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ	ਉਪ-ਵਿਸ਼ਾ	ਪੰਨਾ ਨੰ.
1.	ਨਿੱਜੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ	1-8
2.	ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ : ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਤਿ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ	9-17
3.	ਬਿਸ਼ੇਰ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ	18-27
4.	ਸਹਿ-ਸਮੂਹ (Peer) ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ	28-32
5.	ਸਮਾਜਿਕ ਭੁਲਾਈਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ : ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਖੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ	33-39
6.	ਸਿਹਤਵਰਧਕ ਬਿਸ਼ੇਰ ਉਮਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਗੁੱਸੇ/ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ	40-44
7.	ਸਿੰਗਲ ਸੇਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਮਾਨਵੀ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਉਮੇਦਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ	45-49
8.	ਵੈਸ਼ਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਝ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ	ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ	50-58
9.	ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਹੁਨਰ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕ ਵਰਤੋਂ	ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ	59-62



ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ



1. ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਅਰਥ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਗੁਣ ਦਾ ਪਸਾਰ ਕਰਨਾ।
2. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ/ਸਤਿਕਾਰ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ।
3. ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤਬਦੀਲੀ ਅਤੇ ਮਿਲਵਰਤਨ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਸਰੋਤ ਬਣਨਾ।

ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਬਰ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੀ ਇੱਕ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਤ, ਧਰਮ, ਬੋਲੀ, ਸਭਿਆਚਾਰ, ਖਿੱਤੇ, ਰੰਗ ਜਾਂ ਨਸਲ ਦੇ ਵਖਰੇਵੇਂ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਹੀ ਇੱਕ ਗੁਣ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਬੈਰ, ਫਿਰੋਧ, ਈਰਖਾ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਠਹੁੰਮੇ ਵਾਲੇ ਜੀਵਨ-ਹੁਨਰ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਜ, ਸੁਹਜ, ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਣਾ-ਪੀਣਾ, ਰਹਿਣਾ, ਬੈਠਣਾ, ਬੋਲਣਾ ਆਦਿ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਦੂਜਾ ਵੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਅਲੱਗ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਇਨਸਾਨ ਵੀ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਵਿਅਕਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਊਂਦਾ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਖੁਦ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝਣਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜ਼ੁਲਮ ਨੂੰ ਚੁੱਪ ਕਰਕੇ ਸਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਸਵੇਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਅਤੇ ਠੋਸ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਵੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਪਰਖ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਜਲਦੀ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤਨਾਅਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਗੁਣ ਲਈ ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ, ਉਸਾਰੂ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਪਿਆਨ-ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



ਕਿਰਿਆ 1.1

ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਚ ਤੇ ਦੋ-ਦੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬੈਠਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਗੂੜ੍ਹੇ ਮਿੱਤਰ ਹੋ। ਅੱਜ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਇਆ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰਾਂਤ ਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਕਿਹਾ

ਕਿ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅੱਜ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੈਠੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪ੍ਰਤਿ ਕੀ-ਕੀ ਵਿਚਾਰ ਆਏ? ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਹੀ ਲਿਖ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵੀ ਆਪ ਹੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਥਨਾਂ 'ਤੇ ਠੀਕ/ਗਲਤ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਣਗੇ:

1. ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਬੈਂਚ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਬੈਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
2. ਮੈਨੂੰ ਵਧੀਆ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਾਂਤ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਸ ਤੋਂ ਇਸ ਦੇ ਰਾਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਾਂਗਾ।
3. ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ। ਅਗਲੇ ਪੀਰੀਅਡ ਇਸ ਨੂੰ ਕਹਾਂਗਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬੈਂਚ 'ਤੇ ਬੈਠ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੁਝ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਮਨ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪ ਲਿਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਯੋਗ ਅਗਵਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਜੋ ਹੋਰ ਪ੍ਰਾਂਤ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਅਪਣੋਂਤ ਭਰਿਆ ਵਿਹਾਰ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਸਹਿਣ ਵੀ ਕਰੇਗਾ।



ਕਿਰਿਆ 1.2 : ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ

ਮਨਜੀਤ ਨਾਮ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੀ, ਜਿਸਦਾ ਕੱਦ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਸੀ। ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਕਹਿ ਕੇ ਛੇੜਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਤੜਫ ਉੱਠਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਟੀ. ਵੀ. 'ਤੇ ਇੱਕ ਫ਼ਿਲਮ ਦੇਖੀ, ਜੋ ਉਸ ਵਰਗੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹੀ ਸੀ। ਫ਼ਿਲਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੇ ਕੋਈ 'ਛੋਟਾ' ਕਹਿ ਕੇ ਚਿੜਾਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚਾ ਮੁਸਕਰਾ ਛੱਡਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਆਖਦਾ ਕਿ ਮੈਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲ ਵੱਡਾ ਬਣਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਫ਼ਿਲਮ ਨੇ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ। ਮਨਜੀਤ ਨੇ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਇਹ ਪ੍ਰਣ ਕਰ ਲਿਆ ਕਿ ਹੁਣ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਿੜਾਉਣ ਤੇ ਖਿਝੇਗਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਸੋਚ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਖੁਸ਼-ਮਿਜਾਜ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵੀ ਪੜ੍ਹਦਾ। ਉਹ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਅਧਿਆਪਕ



ਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਉਸ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਹੁਣ ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਨਾਮ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਂਦੇ। ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਉਸ ਨੇ ਪੀ. ਸੀ. ਐੱਸ. ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਪਾਸ ਕਰ ਲਿਆ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਗੁਣ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਸਲੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਣ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਾਕੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗੱਲ ਉਹ ਠਰ੍ਹੇਮੇਂ ਨਾਲ ਸੁਣ ਕੇ ਵਧੀਆ ਫੈਸਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰਾ ਅਧਿਕਾਰੀ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਦਾ ਹੀ ਕਮਾਲ ਹੈ।



ਭਾਗ-1

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਮਨਜੀਤ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ 'ਫੋਟੂ' ਕਹਿਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗੁੱਸਾ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸੀ?

ਉੱਤਰ :

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰ, ਸਕੂਲ, ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਵਿਚਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਉਪਰੋਕਤ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਮੰਨ ਕੇ ਦੱਸੋ।

ਉੱਤਰ :

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸਾਂਤਮਈ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ :

ਭਾਗ-2

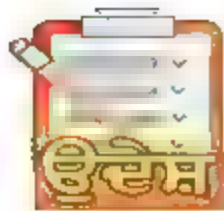
ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਪਸੰਦੀਦਾ ਕਥਨ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ 'ਤੇ ਠੀਕ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਓ:

- ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਬਿਨਾਂ ਦੱਸੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚੋਂ ਕਾਪੀ ਕੱਢ ਲਈ....
(ੳ) ਮੈਂ ਤੁਰੰਤ ਉਸ ਤੋਂ ਕਾਪੀ ਖੋਹ ਲਵਾਂਗੀ/ਲਵਾਂਗਾ।
(ਅ) ਮੈਂ ਉਸਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲ ਜਾਵਾਂਗੀ/ਜਾਵਾਂਗਾ।
(ੲ) ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਹਾਂਗੀ/ਕਹਾਂਗਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਾਪੀ ਦੀ ਚਰਚਤ ਹੋਵੇ, ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕੇ ਲੈ ਲਈ ਜਾਵੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਮਿੱਤਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਗ਼ਲਤ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਸੀ....
(ੳ) ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਝੱਟ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਲੜੋਗੇ, ਤਾਂ ਕਿ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੋਲ ਨਾ ਸਕੇ।
(ਅ) ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਬਾਰੇ ਗ਼ਲਤ ਬੋਲ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰੋਗੇ।
(ੲ) ਤੁਸੀਂ ਕਹੋਗੇ ਕਿ ਮੈਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ/ਕਰਦਾ ਤੇ ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਲਵਾਂਗਾ/ਲਵਾਂਗੀ।

3. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਸੀਨੀਅਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਸਕੂਟਰ 'ਤੇ ਸਹਿਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦੀ ਗੱਡੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਟਰ ਨੂੰ ਛੂਹ ਗਈ। ਸਕੂਟਰ ਨਵਾਂ ਸੀ....
 (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਟਰ ਰੋਕ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੰਦਾ ਬੋਲੋਗੇ।
 (ਅ) ਤੁਸੀਂ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਕਹੋਗੇ, "ਗੱਡੀ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਚਲਾਓ।"
 (ੲ) ਤੁਸੀਂ ਫੁਰੇਤ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਬਿਕਾਇਤ ਕਰੋਗੇ।
4. ਸਕੂਲ ਛੁੱਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਧੀਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ...
 (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਹੱਥਪਾਈ ਕਰੋਗੇ।
 (ਅ) ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਬੋਲੋਗੇ। ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਜਾਓਗੇ। ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਕੇ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਝਗੜਾ ਸੁਲਝਾ ਲਓਗੇ।
 (ੲ) ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਉਸ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਕਰੋਗੇ।
5. ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀਆਂ ਕੋਲ ਮਹਿੰਗੇ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਫੋਨ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, ਪਰ ਉਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇ ਰਹੇ....
 (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਫੋਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਦ ਕਰੋਗੇ।
 (ਅ) ਮਾਂ-ਬਾਪ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਲਵੋਗੇ।
 (ੲ) ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਕੋਈ ਗਲਤ ਰਾਹ ਅਪਣਾਓਗੇ।
 (ਸ) ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਮਜਬੂਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦ ਛੱਡ ਦਿਓਗੇ।
6. ਤੁਸੀਂ ਸਬਜ਼ੀ ਲੈਣ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਗਏ, ਉੱਥੇ ਭੀੜ ਸੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਆ ਕੇ ਵੀ ਕਈ ਗਾਹਕ ਸਬਜ਼ੀ ਲੈ ਕੇ ਚਲੇ ਗਏ....
 (ੳ) ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਗੁੱਸੇ ਨਾਲ ਦੁਕਾਨਦਾਰ ਨੂੰ ਕਹੋਗੇ ਕਿ ਵਾਗੀ ਸਿਰ ਸਬਜ਼ੀ ਦੇਵੇ।
 (ਅ) ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਹੋਰ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਪਿੱਛੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਸਬਜ਼ੀ ਲੈ ਲਵੋਗੇ।
 (ੲ) ਦੁਕਾਨਦਾਰ ਨੂੰ ਸੁਝਾਅ ਦਿਓਗੇ ਕਿ ਇੰਨੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਪਰਚੀ ਸਿਸਟਮ ਰਾਹੀਂ ਸਬਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦਾ ਢੰਗ ਅਪਣਾਏ।

ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿੰਨਾ ਸਬਰ, ਸੰਤੋਖ, ਸਹਿਜ ਅਤੇ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਵਿਚਰੇਗਾ, ਉੰਨਾ ਹੀ ਉਹ ਵਧੇਰੇ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਮਝ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਦੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ। ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਬਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਹਿਜਤਾ ਨਾਲ ਜਿਊਂਦਾ ਹੋਇਆ ਬੁਲੰਦੀਆਂ ਛੂਹ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ



1. ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਬਿਰਤੀ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਇਆ, ਮੁਆਫੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸੋਚ ਵਾਲੇ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਿਹਰਬਾਨ ਹੋ ਕੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਬਿਹਤਰੀ ਲਈ ਉਸਾਰੂ ਸਚ ਰੱਖਣਾ ਇਸ ਦਾ ਅਹਿਮ ਪੱਖ ਹੈ। ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਮਨੋ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਜਿਊਂਟਾ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਦਾ ਮਨਰਥ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬੱਜ਼ੂ ਦਿਲ ਵਰਤਾਰੇ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਨਾਲ ਵਿਚਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ 1.3 : ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਵੰਡਦੇ ਬਚੇ (ਰਲ-ਪਲੇਅ)

ਪਹਿਲੀ ਝਾਕੀ

ਸੁਰਧਾਰ

ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਿੰਦਰ
ਪੜ੍ਹਨ ਸਕੂਲ ਆਉਂਦੇ ਸੀ
ਆਓ ਵੇਖੀਏ ਗਸਤੇ ਦੇ ਵਿੱਚ
ਕੌਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੀਤੇ ਕੀ....

(ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਗੁਣ-ਗੁਣਾਉਂਦਾ
ਹੋਇਆ ਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ...)

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਕਰ ਭਲਾ ਹੋ ਭਲਾ, ਅੱਡ ਭਲੇ ਦਾ
ਭਲਾ! ਕਰ ਭਲਾ ਹੋ ਭਲਾ...

ਯਾਰ : ਅੰਮ੍ਰਿਤ, ਰੁਕ, ਰੁਕ, ਰੁਕ ਯਾਰ. ਆਹ ਤੂੰ ਭਲੇ ਕੌਮ ਕਦੋਂ ਤੋਂ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ?

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਯਾਰ ਉਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਭਲੇ ਕੌਮ ਹੀ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਆ ਮੇਰੇ ਦਾਦੀ ਜੀ ਵੀ ਕੱਲ੍ਹ ਇਹੀ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾ
ਰਹੇ ਸਨ।

ਯਾਰ : ਅੱਛਾ ਫਿਰ ਤੂੰ ਭਲਾ ਕੌਮ ਮਰੇਂ ਤਾਂ ਹੀ ਬਰੂ ਕਰ ਦ, ਅੱਜ ਤਾਂ ਹੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਉਹ ਕਿਵੇਂ?

ਯਾਰ : ਤੈਨੂੰ ਪਤਾ ਈ ਆ, ਮੇਰੇ ਘਰ ਦੇ ਮੈਨੂੰ ਸਾਈਕਲ ਲੈ ਕੇ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ। ਤੂੰ ਹੀ ਲੈ ਜਾਇਆ ਕਰ
ਮੈਨੂੰ ਸਕੂਲ ਤੱਕ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਲੈ ਯਾਰ, ਤੂੰ ਰੱਬ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਈ ਜਾਇਆ ਕਰ। ਆ ਬੈਠ ਪਿੱਛੇ.



ਬਿਦਰ : (ਸਾਈਕਲ ਦੇ ਕੈਰੀਅਰ 'ਤੇ ਬੈਠਦੇ ਹੋਏ।)
ਪੈਨਵਾਦ ਅੰਮ੍ਰਿਤ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਏ ਯਾਰ, ਪੈਨਵਾਦ ਵਾਲੀ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ
ਹੈ। ਇਹ ਤਾਂ ਫਰਜ਼ ਆ ਸਾਡਾ।
(ਏਨੇ ਨੂੰ ਛਵੀਂ 'ਚ ਪੜ੍ਹਦਾ ਸੌਰਵ ਉਹਨਾਂ
ਕੱਲਾਂ ਲੰਘਦਾ ਅਚਾਨਕ ਡਿੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।)

ਸੌਰਵ : ਭਾਅ ਜੀ, ਚੁੱਕਿਓ ਮੈਨੂੰ, ਚੁੱਕਿਓ ਮੈਨੂੰ।

ਬਿਦਰ : ਓਏ। ਐਨਾ ਹਵਾ 'ਤੇ ਕਿਉਂ ਸਵਾਰ
ਹੋਇਆ ਫਿਰਦੇ? ਘਬਰਾ ਨਾ, ਚੁੱਕਦਾ ਤੈਨੂੰ।

ਸੌਰਵ : ਜਲਦੀ ਕਰੋ ਭਾਅ ਜੀ, ਮੇਰੀ ਤਾਂ ਵਰਦੀ
ਵੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਈ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : (ਸੌਰਵ ਦੀ ਵਰਦੀ ਝਾੜਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ
ਕਲਾਵੇ 'ਚ ਲੈ ਕੇ ਫਿਕਰ ਨਾਲ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ।) ਕੋਈ ਸੱਟ-ਸੁੱਟ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ?

ਸੌਰਵ : ਨਹੀਂ ਭਾਅ ਜੀ। ਬਚਾਅ ਹੋ ਗਿਆ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਠੀਕ ਹੈ, ਪਰ ਤੂੰ ਸਾਈਕਲ ਹੌਲੀ ਚਲਾਇਆ ਕਰ।



ਦੂਸਰੀ ਝਾਕੀ

ਸੁਤਰਹਾਰ

ਦੋ ਫਲੇ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਰਕੇ
ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਿਦਰ ਆਏ ਸਕੂਲੇ
ਜਗਾ ਦਿਮਾਗ ਲਗਾ ਕੇ ਸੋਚੋ
ਮੈਡਮ ਜੀ ਨੂੰ ਕੀ ਕੀ ਬੋਲੇ.....

(ਸਵੇਰ ਦੀ ਸਭਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾ
ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਸਤਿਥਾਰ ਨਾਲ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਫਿਰ ਗੁਣ-
ਗੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।)



ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਕਰ ਭਲਾ ਹੋ ਭਲਾ, ਅੰਤ ਭਲਾ ਦਾ ਹੋ ਭਲਾ। ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਮੈਡਮ ਜੀ

ਮੈਡਮ : ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਬੇਟਾ, ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : ਮੈਡਮ ਜੀ ਲਿਆਓ ਆਪਣਾ ਬੈਗ ਸਾਨੂੰ ਫੜਾ ਦਿਓ।

ਮੈਡਮ : ਨਹੀਂ, ਬੇਟੇ ਰਹਿਣ ਦਿਓ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ : (ਬੈਗ ਵੱਲ ਹੱਥ ਵਧਾਉਂਦਿਆਂ) ਨਹੀਂ ਮੈਡਮ ਜੀ, ਤੁਸੀਂ ਫੜਾਓ ਮੇਰੇ ਦਾਦੀ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਕਿ
ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਆਉਣ ਨਾਲ ਅਸੀਸਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਨੇ।

ਮੈਡਮ : ਵਾਹ ਸਹੁਤ ਚੰਗਾ। ਆਓ ਲਓ ਫੜੋ ਤਾਂ ਫਾਈਲਾਂ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਦੇ ਆਓ
(ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਹਿਬ ਦਫ਼ਤਰ ਦ ਬਾਹਰ ਹੀ ਖੜ੍ਹੇ ਹਨ। ਦਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਵਧਦੇ ਹਨ।)

ਦਵੇਂ ਮੁੰਡੇ : ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਸਰ।

ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ : ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਬੇਟੇ।
 ਅੰਮਿਤ : ਸਰ ਆਹ ਫ਼ਾਈਲਾਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਾਲੇ ਮੈਡਮ
 ਜੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਭੇਜੀਆਂ ਨੇ।
 ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ : ਆਓ, ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਦਿਓ।
 (ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਣ
 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਿਦਰ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ ਜਾ
 ਕੇ ਸਤਿਕਾਰ ਵਜੋਂ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਦਾ
 ਹੁਇਆ)
 ਅੰਮਿਤ : ਆਓ ਸਰ ਜੀ।
 ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ : ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਬੇਟੇ, ਸ਼ੁਕਰੀਆ।
 ਅੰਮਿਤ : ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਸਰ।
 (ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਦੋਵੇਂ
 ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ
 ਵਾਪਸ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।)



ਤੀਸਰੀ ਝਾਕੀ

(ਜਮਾਤ ਵਿਚਾਰਜ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੇ ਫ਼ੀਸਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।)

ਸੁਰਧਾਰ

ਦੋ ਝੁੜੀਆਂ ਨੇ ਹਰਮਨ ਕੋਮਲ
 ਪੜ੍ਹਾਈ ਤਾਂ ਖ਼ੁਬ ਕਰਦੀਆਂ ਨੇ
 ਆਓ ਦੱਖੀਏ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ
 ਭਲੇ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਦੀਆਂ ਨੇ

ਵਿਚਾਰਜ : ਲਿਆਓ ਬਈ ਬੱਚਿਓ, ਆਪੋ-ਆਪਣੀਆਂ ਫ਼ੀਸਾਂ।
 ਹਰਮਨ : ਜੀ, ਸਰ। ਆਹ ਪਹਿਲਾਂ ਮੇਰੀ ਫ਼ੀਸ ਲਓ।
 ਵਿਚਾਰਜ : ਵਾਹ, ਬਈ ਵਾਹ। ਚਲੇ ਕੋਮਲ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਲਿਆਓ।
 ਕੋਮਲ : ਲਓ ਸਰ, ਮੇਰੀ ਫ਼ੀਸ।
 ਵਿਚਾਰਜ : ਹਾਂ ਜੀ ਦੀਪੀ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਉੱਠ ਰਹੇ ? ਹਾਂ ਜੀ ਬੇਟੇ, ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਓ
 ਦੀਪੀ : ਸਰ, ਮੈਂ ਅੱਜ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਸਕੀ।
 ਵਿਚਾਰਜ : ਬੇਟਾ ਲਿਆ ਨਹੀਂ ਸਕੇ ਕਿ ਚੇਤਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ?
 ਦੀਪੀ : ਨਹੀਂ ਸਰ, ਇਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਐਤਕੀ ਪਾਪਾ ਦੀ ਕੋਈ ਦਿਹਾੜੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਤੇ ਮੈਮੀ ਜੀ ਬਿਮਾਰ
 ਹਨ।
 ਵਿਚਾਰਜ : ਅੱਛਾ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਫ਼ੀਸ ਮੈਂ ਹੀ ਭਰ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ ਤੂੰ ਮਨ ਲਗਾ ਕੇ ਪੜ੍ਹਿਆ ਕਰ
 ਨਹੀਂ ਸਰ, ਤੁਸੀਂ ਰਹਿਣ ਦਿਓ। ਇਹ ਦੀਪੀ ਦੀ ਫ਼ੀਸ ਮੈਂ ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ। ਪਾਪਾ ਅਕਸਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ
 ਪੁੱਤਰ ਦਿਆਲੂ ਬਣ ਕੇ ਲੋੜਵੰਦ ਸਾਥੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਿਆ ਕਰੇ।
 ਵਿਚਾਰਜ : ਸ਼ਾਬਾਸ਼ ! ਹਰਮਨ ! ਤੁਹਾਡੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਪਰ ਇਹ ਫ਼ੀਸ ਮੈਂ ਹੀ ਦਵਾਂਗਾ
 ਰਾਮ ਪ੍ਰਸਾਦ : ਸਰ, ਮੇਰੀ ਫ਼ੀਸ ਵੀ ਰਹਿੰਦੀ ਏ, ਮੇਰੇ ਕਲ ਅੱਧੀ ਫ਼ੀਸ ਜਗੇ ਪੈਸੇ ਹੀ ਹਨ ਅੱਧੇ ਫੇਰ ਦੇ ਦਵਾਂਗਾ।
 ਕੋਮਲ : (ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਖੜੀ ਹੋ ਕੇ) ਹਾਂ ਜੀ ਸਰ। ਰਾਮ ਪ੍ਰਸਾਦ ਸਾਡੇ ਮੁਹੱਲੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਆਪਣੇ ਨਾਨਕਿਆਂ ਦੇ
 ਰਹਿੰਦਾ ਏ। ਇਸ ਦੀ ਬਾਕੀ ਫ਼ੀਸ ਮੇਰੇ ਬਕਾਏ 'ਚੋਂ ਕੱਟ ਲਵਾਂ।

ਦਿਚਾਰਜ : ਜਿਉਂਦੇ ਰਹੇ ਬਈ ਬੋਰ ਬੱਚਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਬੜੇ ਦਿਆਲੂ ਬੱਚੇ ਓ। ਸਾਬੀ ਦੀ ਮਦਦ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਏ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਏ। ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਵਖਦ ਹੋਣ ਅੱਜ ਮੈਂ ਫੇਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰਹਿਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਮੈਂ ਹੀ ਦਵਾਂਗਾ। ਇਹ ਮਰ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਆਲਤਾ ਦਾ ਇਨਾਮ ਹੀ ਸਹੀ।

ਰਾਮ ਪ੍ਰਸਾਦ : ਸਿਰ ਝੁਕਾਅ ਕੇ ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।

(ਇਹ ਸਭ ਵੇਖ ਕੇ ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੀ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਸਕੂਨ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਰੋਣਕ ਵੇਖ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।)

ਦਿਚਾਰਜ : ਬਹੁਤ ਅੱਛੇ। ਬੱਚਿਓ, ਵੇਖਿਆ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਕਿੰਨਾ ਸਕੂਨ ਦਿੰਦੀ ਏ। ਬੱਸ ਇਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਸਲ ਸੁਆਦ ਏ। ਚਲੋ ਬਈ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਥੋੜੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੇ ਅੱਗੇ ਪੜ੍ਹੀਏ ਸੁਚੱਜੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਗਲਾ ਪਾਠ।



(ੳ) ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ

ਪਸਾ : ਪਹਿਲੀ ਝਾਕੀ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲੀ ?

ਪਸਾ : ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਿਹੜੀ ਤੁਕ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਗੁਣ ਗੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ?

ਪਸਾ : ਦੂਜੀ ਝਾਕੀ ਵਿੱਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਅਤੇ ਬਿੰਦਰ ਮੇਫ਼ਮ ਦੀ ਕੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ?

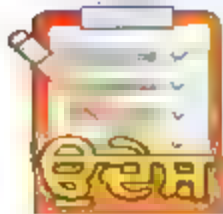
ਪਸਾ : ਤੀਜੀ ਝਾਕੀ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ?

(ਅ) ਵਿਹਾਰਕ ਕਾਰਜ

1. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅੱਧੀ ਛੁੱਟੀ ਵੇਲੇ ਇਕੱਠਿਆਂ ਬੈਠ ਕੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਲਈ ਕਹ। ਵਿੱਚ-ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਦੱਖ ਅਤੇ ਦਿਆਲੂ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
2. ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੇ ਪਾਤਰ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਉੱਪਰ ਰੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖ ਕੇ ਦਿਆਲੂ ਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੋਇਆ ਇੱਕ ਚਾਰਟ ਬਣਾਓ।
3. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਚੰਗੇਰੇ ਵਿੱਚ ਦਿਆਲੂ ਸਭਾਅ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਹਾਇਤਾ, ਭਲੇ ਦਾ ਕੰਮ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕੋਈ ਮਦਦ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਜੋ ਕੁ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਰਾ ਲਿਖ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਲਿਖਤ ਨੂੰ ਜਮਾਤ/ਸਵਰ ਦੀ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਬਲ ਕੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰ।



ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ : ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ



ਸਮਾਜ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ : ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ
ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਮੂਲੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।
ਇਸ ਲਈ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਸਾਡਾ ਧਰਮ ਅਤੇ
ਭਰਪੂਰ ਕਰਨਾ।

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਪਾਲਦੇ ਹਨ ਤੇ ਬਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਕਲੀਫਾਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਿਆਰ ਹੀ ਬੱਚੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ

ਬੱਚ ਦੀ ਠੰਢੀ ਛਾਂ,
ਜਿਥੇ ਡੇਰੀ ਦੇਵੇ ਮਾਂ...



ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਹੀ ਬੱਚ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਅੱਗੇ ਵਧਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਤੇ ਸਮਝਦਾਰ ਇਨਸਾਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧੀ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫ ਵਿੱਚ ਸਾਂਭਣ ਅਤੇ ਬਚਾਪ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ

ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਬਲ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪਿਆਰ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਰ ਪੀੜ੍ਹੀ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਮਾਂ ਬਾਪ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਰਦ ਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਸਮਾਜ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ 2.1 : ਲੇਖ-ਵਾਰਤਾ

ਵਿਜਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਦੀ ਅਰਾਢਾਸੀ ਹੇਠ ਆਪਣੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਬਾਪ ਵਰਤਿਆਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਲੇਖ-ਵਾਰਤਾ ਲਿਖਣ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਸਮਝੇਗਾ।

ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ

ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤੇ ਜੋ ਖੂਨ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮੇਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਿਆਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸਤਿਕਾਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਭਾਈਚਾਰਿਕ ਸਾਂਝ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਆਪ-ਆਪਣਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹੱਤਵ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਲਹੂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ, ਮਾਂ-ਬਾਪ, ਤਾਈ-ਤਾਇਆ ਚਾਚਾ ਚਾਚੀ ਭੂਆ ਫੁੱਫੜ, ਮਾਸੀ ਮਾਸੜ, ਭੈਣ ਭਰਾ, ਭਤੀਜੇ ਭਤੀਜੀਆਂ ਆਦਿ ਸਭ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅਪਣੇ-ਭਰੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨਾਲ ਨਿੱਘ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਸਾਡੇ ਸੁੱਖ-ਦੁੱਖ ਦੇ ਭਾਈਵਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਦਰ-ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ, ਹਰ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।



ਪਸ਼ਾ 1 : ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ—

ਪਸ਼ਾ 2 : ਵੱਡਿਆਂ ਪ੍ਰਤਿ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫ਼ਰਜ਼ ਕੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?

ਉੱਤਰ—

ਪਸ਼ਾ 3 : ਵੱਡਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਕਿਹੋ-ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?

ਉੱਤਰ— ...

ਪਸ਼ਾ 4 : ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਾ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤਿ ਪਿਆਰ ਘੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਵਿਚਾਰ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ—

ਕਿਰਿਆ 2.2

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਤੇ ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਸਬੰਧੀ ਸਤਿਕਾਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਚਾਰਟ ਅਤੇ ਮਾਟੇ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਇਸ ਪਾਠ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੀ ਹਈ ਕਵਿਤਾ, ਗੀਤ, ਲੇਖ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਬਾਪ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਗੀਤ ਜਾਂ ਕਵਿਤਾ ਵੀ ਸਟਾਏ/ਗਾਏ ਜਾਣਗੇ।

ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਦੋ ਸਮੂਹ ਬਣਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਉਪਰਕਤ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ 'ਤੇ ਸੰਵਾਦ ਰਚਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਸਿੱਟੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਂ ਬਾਪ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਜਿਕ ਗਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਣ। ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਅਨੁਸਾਰ ਚਾਰਟ ਬਣਾ ਕੇ ਜਮਾਤ/ਸਕੂਲ/ਘਰ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣਗੇ।



ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਪਿਆਂ ਪ੍ਰਤਿ ਪਿਆਰ ਪੰਘੂੜ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਸਵਾਸਾਂ ਤੱਕ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨੇਤਿਕਤਾ, ਆਪਸੀ ਮਿਲਵਰਤਨ, ਸਤਿਕਾਰ, ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ, ਨਿਮਰਤਾ, ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਤੇ ਆਪਸੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਨਾਤਿਆਂ, ਸਮਾਜਿਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਆਦਿ ਲਈ ਸਤਿਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਹੀ ਅਸਲ ਨਰੋਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੁਬਸੂਰਤੀ ਦੀ ਝਲਕ ਹੈ।



ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਤਿ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ



ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿੱਖਿਆ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੀ ਦੇਣ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ।

ਸਿੱਖ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰੂਪ ਰੇਖਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ।

ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਉਹ ਪਵਿੱਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਕੂਲ ਹੀ ਉਹ ਸਥਾਨ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਕਲਾਵਾਂ ਸਿਖਾ ਕੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਸ਼ਖ਼ਸ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਘੜਦਾ, ਰਾਸ਼ਟਰਦਾ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਬਲਦੀਆਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦਾ ਬੜਾ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਹੈ ਜੋ ਰੁੱਖ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਜੜ੍ਹੇ ਪੁੱਟੇ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਕੂਲ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਕਈ ਬੱਚੇ ਭਾਵੇਂ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਸਾਂ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹੋਣ, ਪਰ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ 'ਤੇ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਭਾਵੇਂ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਸਾਂਝੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅੱਗੇ ਲੰਘਦਿਆਂ ਇਹੋ ਗੱਲ ਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ ਹੈ। 'ਇਹ ਮੇਰਾ' ਸ਼ਬਦ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਦਾ ਵਿਜ਼ਰ ਹੈ ਤਾਂ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ 2.3 : ਰੋਲ-ਪਲੇਅ

ਇਸ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸਮਝਾ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾਏਗਾ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੀ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਕੰਮਕਾਰ ਕਰਦੇ-ਗੇ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪ ਵੀ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਮਿਲਣਾ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਸਰ ਜੀ, ਅਲਮਨੀ ਮੀਟ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਅਧਿਆਪਕ

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ, ਹੱਥ ਖੜ ਕਰੋ।

(ਕਾਫ਼ੀ ਬੱਚੇ ਹੱਥ ਖੜ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਧਿਆਪਕ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ।)

ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਪਰਾਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਿਲਣੀ।

ਅਧਿਆਪਕ

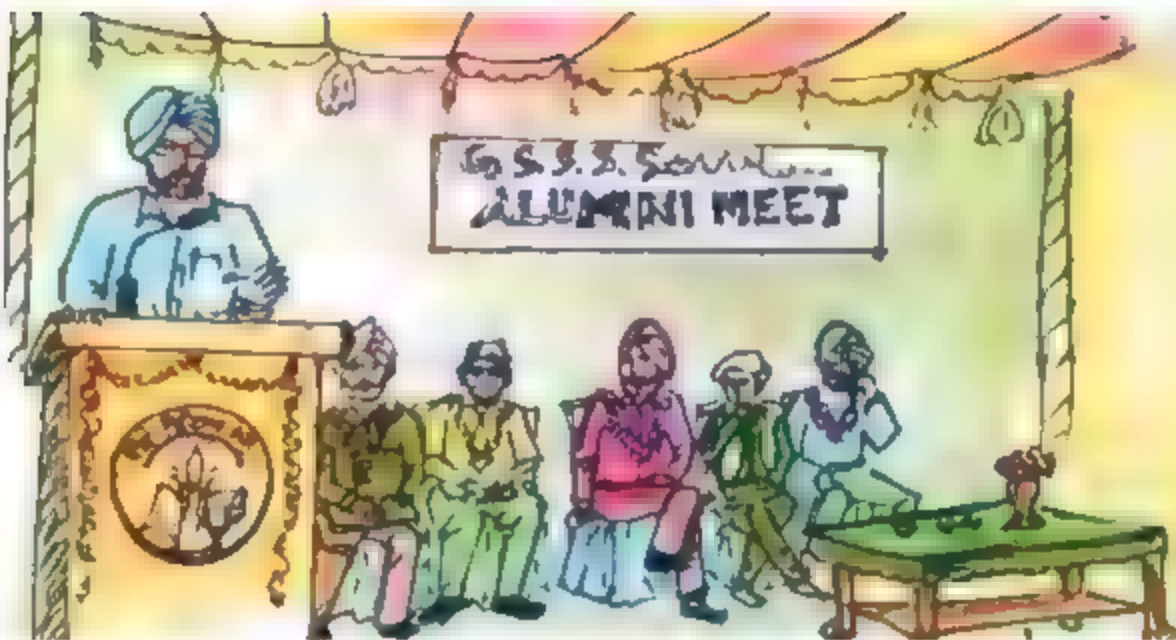
: ਬਾਬਾਬ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਸਰ ਜੀ, ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ 'ਅਲਮਨੀ ਮੀਟ' ਕਰਵਾਈ ਤੇ ਸੀ। ਉਸ ਦਿਨ ਇਹ ਛੁੱਟੀ 'ਤੇ ਸੀ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਸਰ ਜੀ, ਉਸ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ 120 ਵੀਂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਆਈਆਂ ਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਡੀ ਆਈ ਜੀ, ਐਸ ਐਸ ਪੀ, ਡੀ ਸੀ



ਬੀ ਡੀ ਪੀ ਓ, ਵਕੀਲ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਲੈਕਚਰਾਰ, ਮਾਸਟਰ ਤੇ ਕਈ ਹੋਰ ਮਹਿਕਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ/ਕਰਮਚਾਰੀ ਸਨ। ਕਈ ਸਫਲ ਵਪਾਰੀ ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਵੀ ਸਨ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਨੀਤਿਕਾ ਰਾਣੀ

ਸਰ ਜੀ, ਕੀ ਉਹ ਸਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਥੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ?

ਹਾਂ, ਜੀ ਬੱਚਿਓ, ਮੈਂ ਉਸ ਦਿਨ ਵੀ ਸਟੇਜ 'ਤੇ ਆਖਿਆ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਸ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਰਹੇ ਹਨ। ਬੇਟਾ ਜੀ, ਮੈਂ ਵੀ ਇਸ ਸਕੂਲ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਵੀ ਛਾਟੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦਸਵੀਂ ਤੱਕ ਇੱਥੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਨੀਤਿਕਾ ਰਾਣੀ

ਸਰ ਜੀ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਆਪਣਾ ਸਕੂਲ ਛੱਡਣ ਆਏ ਸੀ ?

ਹਾਂ ਜੀ ਬੇਟਾ ਜੀ, ਪੁਰਾਣੇ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਗਏ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਖਿੱਚ ਲਿਆਇਆ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਤਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ ਬਣਦਾ। ਅਸੀਂ ਬਾਕੀ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਹੱਲਾ ਸ਼ਰੀ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ 'ਅਲਮਨੀ ਮੀਟ' ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਹਰ ਸਾਲ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਲਈ ਤਾਂ ਇਹ ਬੜੇ ਮਾਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਨੀਤਿਕਾ ਰਾਣੀ

ਸਰ ਜੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹਾਸੇ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਦੱਸਾਂ ?

ਹਾਂ ਜੀ, ਦੱਸੋ ?

ਵਿਦਿਆਰਥੀ

ਸਰ ਜੀ, ਫਰਸ਼ਨ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਨ੍ਹੇ ਜਣੇ ਪਿਛਲੀ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਗਏ ਸਨ। ਉਹ ਨਿੱਕੇ ਨਿੱਕੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਵਾਂਗ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਹੱਸ ਰਹੇ ਸੀ ਕਿ ਇੱਥੇ ਗੁੱਲੀ ਡੰਡਾ ਖੜਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ, ਇੱਥੇ ਖਾਣਾ ਖੜਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ, ਇੱਥੇ ਬਾਟੇ ਖੇਡਦਿਆਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਬੜੀ ਕੁੱਟ ਪਈ ਸੀ। ਬੜੀਆਂ ਹਾਸੇ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਨ ਤੇ ਸਾਰੇ ਬੜੇ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ।

ਨੀਤਿਕਾ ਰਾਣੀ

ਪੱਤ ਬਖ਼ ਉਹ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੁੰਦੇ ? ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਬਚਪਨ ਦਾ 5-5 ਸਾਲ ਇੱਥੇ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਕੂਲ ਆ ਕੇ ਆਪਣਾ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਹੋ ਯਾਦਾਂ ਹੀ ਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੱਚਿਓ! ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਗੱਲ ਦੱਸਣੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਭੁੱਲ ਹੀ ਗਿਆ ਕਿ ਉਸ ਦਿਨ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੋਇਆ ਸੀ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮੈਂਬਰ ਇੱਥੇ ਆਏ ਸੀ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੰਲਾਂ ਪੈਸੇ ਇੱਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਬੀਏਟਰ-ਨੁਮਾ ਹਾਲ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਣਗੇ, ਉਹ ਵੀ ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਦੀ 'ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ' ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ। ਬੀਏਟਰ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲਾਂ ਫੰਕਸ਼ਨ 'ਅਲੁਮਨੀ ਮੀਟ' ਦਾ ਹੀ



ਹੋਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਹਾਲ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਪਰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਓਪਨ ਜ਼ਿਮ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕਰਵਾ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਇੱਕੱਠੇ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀ ਉੱਚੀ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। "ਸਰ ਜੀ, ਫਿਰ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੋ ਗਿਆ। ਸਰ ਜੀ, ਬੀਏਟਰ ਵਿੱਚ ਨਾਟਕ ਖੇਡਿਆ ਕਰਾਂਗੇ। ਸਰ ਜੀ, ਇਹ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਕੰਮ ਹੋ ਗਿਆ।"

ਬੱਚਿਓ, ਕੋਈ ਵੱਡਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸਕੂਲ ਨੇ ਹੀ ਵੱਡਾ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹੀ ਇਹ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੀਸ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਵੀ ਸੁਣੇ ਸੀ, "ਸਕੂਲ ਹੀ ਸਾਡਾ ਦੂਜਾ ਘਰ ਏ। ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੇਧ ਏ ਸੇਧ।"





ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ

- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਦੀ ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਕੂਲ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਦਿੱਤਾ ਹੈ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ ਮੁਕਾਮ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਦਾਨ ਦਾ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਦੇਵੋਗੇ?
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5. ਸਕੂਲ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਵੇਂ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 6 ਮਾਲੀ ਬਾ ਭਰੋ

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ _____ ਕਰਦੀ/ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਮੈਂ
ਬਣਾਗੀ/ਬਣਾਗਾ ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ ਮੇਰੇ ਲਈ _____ ਹੈ। ਮੈਂ ਜੋ ਵੀ ਬਣਾਗੀ/ਬਣਾਗਾ, ਆਪਣੇ
ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ _____ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਾਂਗੀ/ਕਰਾਂਗਾ ਮੇਰੇ ਪਿਆਰੇ ਸਕੂਲ
ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਵੀ ਮੇਰੇ _____ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੇਰੇ _____ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਦੀ
ਕਾਵਨਾ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਾਵੇਦਾਰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਸਾਕ ਸੰਭਾਲ
ਬਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਣ ਕਰਨਗੇ।

ਕਿਰਿਆ 2.4

ਸਕੂਲ ਦੀ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ
ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਾਰੀ ਸਿਰ
ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ 5 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ
ਇੱਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੇਰ ਨਾਲ
ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਈ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਕਰਕੇ ਆਉਣਗੇ। ਉਪਰੰਤ ਤਿੰਨ
ਸਮੂਹ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਕੇ
ਕੀਤੇ ਕਾਰਜ ਦਾ 50-ਕੁ ਬਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰਨਗੇ।
ਅਧਿਆਪਕ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੇਰ
ਸੰਬੰਧੀ ਕਾਰਜ ਕਰਕੇ ਆਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ:

1. ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਜਗ ਰਹੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ, ਚੱਲ ਰਹੇ ਪੰਖੇ,
ਮੋਟਰ ਆਦਿ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਆਉਣਾ।



- 2 ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੁਟਿਆਂ/ਕਿਆਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਾ ਕੇ ਆਉਣਾ
- 3 ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦੁਆਰ 'ਤੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਕੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨਾ।
- 4 ਸਕੂਲ ਦੇ ਖਿੱਲਰ ਹੁਣ ਕਿਸ ਵੀ ਸਮਾਨ/ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੀਂ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ
- 5 ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਚੱਲ ਰਹੀ ਕਿਸੇ ਪਾਣੀ ਵਾਲੀ ਟੂਟੀ ਆਦਿ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ

ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖ ਅਨੁਸਾਰ ਪੁੱਛ ਗੱਦ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵਰਕਸ਼ੀਟ 2 ਵਿੱਚ ਦੇਣਗੇ।



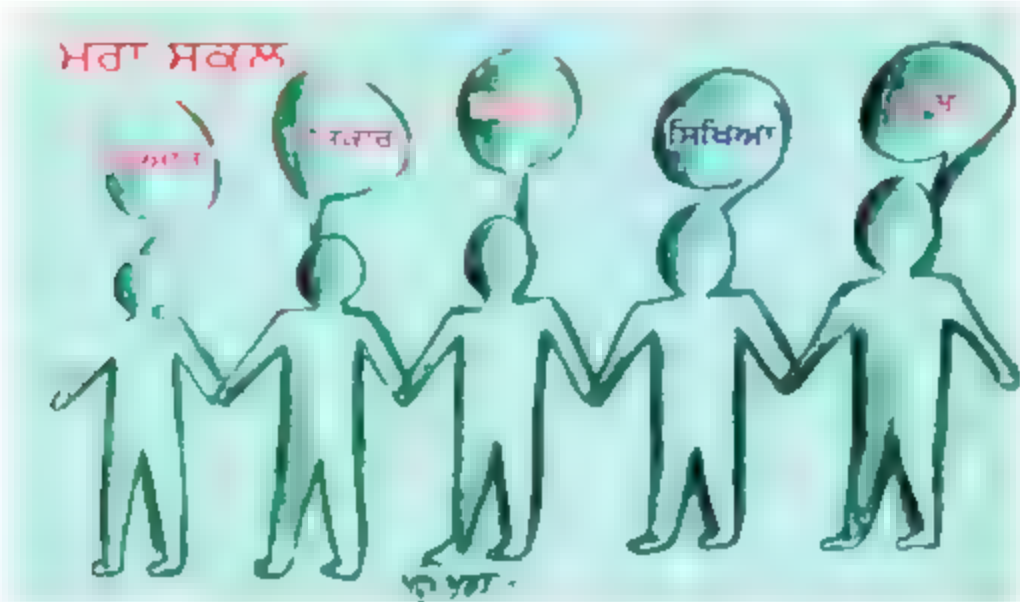
ਸਮਾ 1 ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਈ ਇੱਕ ਅਭੁੱਲ ਯਾਦ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੋਵੇ।

ਉੱਤਰ -

ਪ੍ਰਸਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖ ਵਰਣ ਘਰੋਂ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਗੇ।

- | | | |
|---------------|-----------------------|-------------------|
| 1 ਮਾਤਾ ਦਾ ਨਾਂ | 2 ਮਾਤਾ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਂ | 3 ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਤੀ ਸ਼ੋਚ |
| 1 ਪਿਤਾ ਦਾ ਨਾਂ | 2 ਪਿਤਾ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਂ | 3 ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਤੀ ਸ਼ੋਚ |

ਪ੍ਰਸਾ 1 ਕੀ ਕਦੇ ਉਹ ਮਾਂ ਬਾਪ। ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਗਏ ਸਨ ?
(ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)



ਇਹਨਾਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਸਕੂਲ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵਗੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਹੋਵਗੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਪਿਆਰਾ ਸਕੂਲ ਆਪਣੇ ਮਾਂ ਬਾਪ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿਖਾਉਣ ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ ਕਿ ਜਿਸ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਉਹ ਪੜ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਘਰ ਹੈ।



ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਕ ਸਹੂਲਤ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਸਹੂਲਤ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤਣਾ।

‘ਸ਼ਖਸੀਅਤ’ ਸ਼ਬਦ ਲਤੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ‘Persona’ ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਨਿਭਾਉਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਸਲੀਅਤ ਨੂੰ ਛੁਪਾਉਣ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਪੈਟਰਨ ਦਾ ਸਮੂਹ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਿਲੱਖਣ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਪੱਖਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ —

- 1 ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨ ਜਾਂ ਸਮਾਨ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਕਾਰਜ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- 2 ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਜੇਵੇਂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- 3 ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਕੇਵਲ ਇਹ ਹੀ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭਾਵਨਾਵਰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਬਲਕਿ ਇਹ ਵੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- 4 ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਉਸਦੇ ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਅੰਤਰ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਬਲਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਸੰਵਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦਾ ਨਿਖਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਦਾ ਸਮੂਹ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੋ ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜ ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ, ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤਾਂ, ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕ ਕਾਰਕ, ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿਕਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਣ, ਉੱਚ ਸਵੇ-ਮਾਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਹਵਾਲੀਆ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਸਮਾਜ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਂਦਾ ਹਨ।

ਕਿਰਿਆ 3.1

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਚਾਰਟ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਲਮ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਭਰਨੇ ਹਨ। ਆਉਂਦੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਜਾਣੀਏ।

ਲੜੀ ਨੰ	ਕਥਨ	ਪੂਰਨ ਅਸਹਿਮਤੀ	ਅਸਹਿਮਤੀ	ਨਾ ਅਸਹਿਮਤੀ ਨਾ ਸਹਿਮਤੀ	ਸਹਿਮਤੀ	ਪੂਰਨ ਸਹਿਮਤੀ
1.	ਮੈਂ ਹਰ ਕੰਮ ਸਚ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।					
2.	ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ।					
3.	ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਵਾਅਦੇ ਪੂਰੇ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।					
4.	ਮੈਂ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।					
5.	ਮੈਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।					
6.	ਮੈਂ ਅਸਹਿਯੋਗੀ ਹਾਂ।					
7.	ਮੈਂ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ।					
8.	ਮੈਂ ਬੜੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ।					
9.	ਮੈਂ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਦਾ ਹਾਂ।					
10.	ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।					
11.	ਮੈਂ ਕਾਫ਼ੀ ਕਲਪਨਾਸ਼ੀਲ ਹਾਂ।					
12.	ਮੈਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਲਗਦਾ ਹੈ।					
13.	ਮੈਂ ਬੇਘਰਿਆ ਪ੍ਰਤੀ ਹਮਦਰਦੀ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ।					
14.	ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਜਲਦੀ ਘਬਰਾ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।					

ਉਪਰੋਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਵੇ-ਚਿੰਤਨ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਕੁਝ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕਿਰਿਆ 3.2 : ਅੰਤਰ ਝਾਤ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖੋਜੋ

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਸਫ਼ੇਦ ਕਾਗਜ਼ ਲੈਣਗੇ ਅਤੇ 'ਮੈਨੂੰ ਮਾਣ ਹੈ ਕਿ' 'ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਲਿਖਣਗੇ।

1. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਜੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
2. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਭੈਣ-ਭਰਾ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
3. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਜੀ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
4. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਰਿਸ਼ਤਦਾਰ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
5. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪੱਕੇ ਮਿੱਤਰ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?

6. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
7. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
8. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?
9. ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ?

ਹਰਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਜਵਾਬਾਂ ਸੰਸਥੀ ਜਮਾਤ ਦਾ ਅਧਿਆਪਕ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਨ ਦਾ ਮਨਰਥ ਨਾਲ ਯੋਗ ਅਗਵਾਈ ਕਰੇਗਾ। ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਵਜੋਂ "ਮੈਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ" ਬਾਰੇ 10 ਸਤਰਾਂ ਘਰੇਲੂ ਲਿਖ ਕੇ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ।



ਕਿਰਿਆ 3.3

ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੋੜਿਆਂ ਦਾ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੈਠਣਗੇ ਕਿ ਕੁੱਝ ਕੁੱਝ ਨਾਲ ਅਤੇ ਮੁੰਡਾ ਮੁੰਡਾ ਨਾਲ ਬੈਠੇਗਾ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲਾ ਰਹਿ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਖਰੀ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਸਫ਼ੇਦ ਕਾਗਜ਼ ਲੈਣਗੇ ਅਤੇ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ 5 ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਅਤੇ 5 ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਲਿਖਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਹਰਕ ਨੂੰ ਬਣਦੇ ਸਭਿਕਾਰ ਨਾਲ ਬੋਲਣਾ ਅਤੇ ਸੁਣਨਾ ਚਰਚੀ ਹੋਵੇਗਾ।



ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

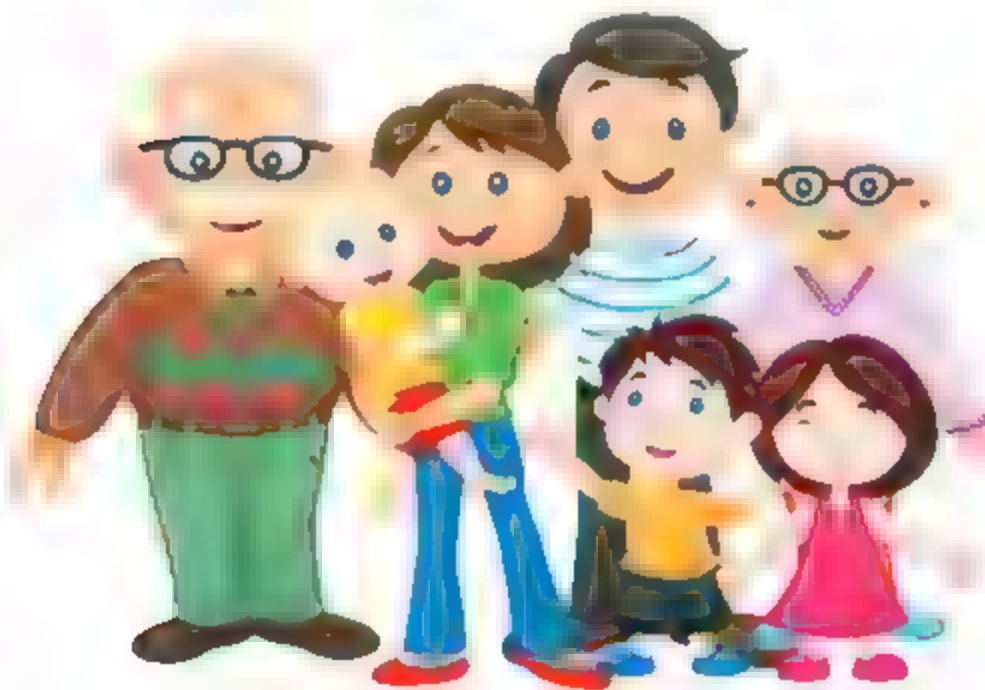
1. ਸਾਥੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ।
2. ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ।
3. ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਚ-ਵਿਚਾਰਨ ਲਈ।
4. ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਲਈ।

ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾ ਕੇ ਦੁਹਰਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਦੋ ਤੋਂ ਤਿੰਨ, ਚਾਰ ਆਦਿ ਕਰਕੇ) ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਸੂਝ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ "ਅਨੰਕਤਾ ਵਿੱਚ ਏਕਤਾ" ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਤੀਰਾ ਅਪਨਾਉਣ ਹਿੱਤ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ ਸਾਰੇ ਜਮਾਤ ਨਾਲ ਵੀ ਸਾਂਝੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਰਿਆ 3.4

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਮੰਨ ਲੈਣਗੇ ਕਿ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮਾਗਮ (ਜਿਵੇਂ ਸਪਰਟਸ ਮੀਟ, ਸਲਾਨਾ ਸਮਾਗਮ, ਮਲਾ ਆਦਿ) ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਕਾਰਜ ਕਰੇਗਾ। ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਜਮਾਤ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਅਨੁਸਾਰ ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਮਾਗਮ ਜਮਾਤ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਇੱਕ ਪੇਰਾ ਲਿਖ ਕੇ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ।

1. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੀ ਸੀ?
2. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰੀ ਕੀਤੀ?

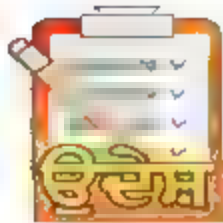


3. ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹੜੇ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖੇ ?
4. ਤਿਆਰੀ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ?
5. ਆਪਣੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਇਆ ?
6. ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਉਹ ਇਸ ਤਰੀਕ ਨਾਲ ਕੀ ਮਨਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ?

ਉਪਰੋਕਤ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਨਿਖਾਰ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਰ-ਹੁਨਰ, ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਸਵੈ-ਮਾਣ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇਗਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਨ ਤੇ ਤਰਾਸ਼ਣ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ



1. ਆਪਣੀ ਅਤਰਕਤਮ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ।
2. ਆਤਮ-ਜਿਤਨ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਦੀ ਢੰਗ ਸਿਖਣਾ।

ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਕਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਤਵ, ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ, ਪਸੰਦ ਨਾਪਸੰਦ, ਸਾਡੀਆਂ ਮਾਹਿਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਹ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਵਧਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਉਦੇਸ਼ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ—

1. ਸਾਡੀ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੀ ਬੁਰੀ ਆਦਤ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਇਹ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਕੇ ਉਸ ਬੁਰੀ ਆਦਤ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
2. ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਗੁੱਸੇ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਮਝ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਦੂਰ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

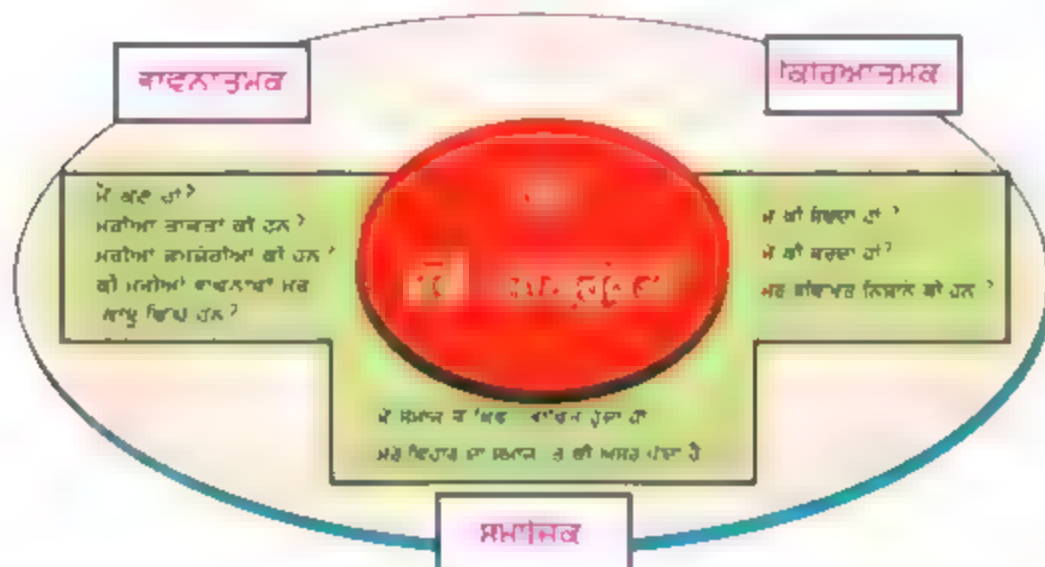
ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਦੀ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਪਰਖ ਹੈ, ਜੋ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੌਣ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਦੂਜਿਆਂ 'ਤੇ/ਸਮਾਜ 'ਤੇ ਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ? ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਕੀ ਹਨ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਕੀ ਹਨ? ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਡੀ ਸਵੈ-ਪਰਖ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਿਆਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਉਮਰ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਜਿਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਗੇ ਵਡਮੱਲੇ ਗੁਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਅਹਿਮੀਅਤ ਹੈ। ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਭਾਤ ਮਾਰ ਸਕਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਰੇਖਣੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸੁਨਹਿਰਾ ਭਵਿੱਖ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਬਖਸ਼ੀਅਤ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਾ ਰੋਕੇ, ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਿੱਖ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਜ਼ਰੂਰ ਬਖਸ਼ਦੀ ਹੈ।



ਆਉ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਆਪਾਂ ਸਵੈ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਹਠ ਲਿਖ ਮਾਧਿਅਮ ਰਾਹੀਂ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੀਏ।

ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਚੱਕਰ



ਉਪਰੋਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਾਵਨਾਤਮਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਰਿਆ 3.5 : ਰੋਲ-ਪਲੇਅ

ਪਾਤਰ	ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ	-	ਵਿਦਿਆਰਥੀ (ਮੁੱਖ ਪਾਤਰ)
	ਕਮਲਜੀਤ ਕੌਰ	-	ਜਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਤਾ ਜੀ
	ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ	-	ਜਸ਼ਨ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ
	ਨਵਕਿਰਨ ਕੌਰ	-	ਜਸ਼ਨ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥਣ
	ਅਧਿਆਪਕ		

ਸਥਾਨ : ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ਦਾ ਫਰਾਇਗ ਰੂਮ (ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਮਲਜੀਤ ਕੌਰ : ਆ ਗਿਆ ਮੇਰਾ ਪੁੱਤ ਸਕੂਲ। ਆ ਜਾ ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ।
ਅੱਜ ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਤੇਰਾ ਮਨਪਸੰਦ ਮਟਰ-ਪਨੀਰ ਬਣਾਇਆ।

ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ : ਕੁਝ ਚੰਜ ਦਾ ਵੀ ਬਣਾ ਲਿਆ ਕਰ ਮਾਤਾ। ਰੋਜ਼ ਰੋਜ਼ ਉਹੀ। ਮੈਂ ਨੀ ਖਾਣਾ-ਖੁਣਾ ਤੇਰਾ ਮਟਰ-ਪਨੀਰ।
ਮੈਨੂੰ ਤੇਰਾ ਨਾ ਕਰ। ਚੱਲਿਆਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ 'ਚ।
(ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਫੋਨ ਲੈ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।)

(ਅਗਲਾ ਦਿਨ-ਸਕੂਲ ਦਾ ਦਿਵਸ)

ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ : (ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ ਨੂੰ) ਕਿੱਦਾਂ ਓਏ ਪੜ੍ਹਾਕੂਆ। ਮਾਰੀ ਜਾਨੈਂ ਫਿਰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾਲ ਮੱਥਾ?...



ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ

ਨਹੀਂ ਯਾਰ। ਇਹਨੂੰ ਮੱਥਾ ਮਾਰਨਾ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ, ਪੜ੍ਹਨਾ ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਸ਼ੌਕ ਐ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣੀ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਐ। ਪੜ੍ਹਿਆ ਕਰ ਤੂੰ ਵੀ।

ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ

ਓਏ ਸਾਡੇ ਵਰਗੇ ਵੱਡੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਨ-ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਲੋੜ। ਅਸੀਂ ਨੀ ਤੇਰੇ ਵਾਂਗੂੰ ਦਿਮਾਗ਼ ਖਰਾਬ ਕਰਨਾ। ਮਾਮਾ ਮਰਾ ਕਨਡਾ, ਭੂਆ ਮਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਤੇ ਚਾਚਾ ਦੁਬਈ। ਵੱਡੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਕਾਕੇ, ਨਾ ਡਿਕਰ ਨਾ ਛਾਕੇ

(ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ॥)

ਅਧਿਆਪਕ

ਕਿਵੇਂ ਓ ਮਰ ਬੱਚੇ। ਚਲ ਅੱਜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਵਿਤਾ 'ਆਸਾ ਵਾਲ ਦਾਵੇ' ਸੁਣਾਈਏ।

(ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਕਵਿਤਾ ਨੂੰ ਗਾ ਕੇ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹਨ॥)

ਹਿਮਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਔਖੇ, ਪੈਰ ਨੇ ਮੁਕਾਈਦ,

ਕਾਇਰਾਂ ਦੇ ਵਾਂਗੂੰ ਕਦੇ, ਹੋਸਲੇ ਨਹੀਂ ਢਾਈਦੇ।

ਸਮੇਂ ਦੀ ਨਬਜ਼ ਫੜ੍ਹ, ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ ਉੱਦਮਾਂ ਨੂੰ,

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਉੱਚੇ ਨੀਵੇਂ, ਰਾਹੀਂ ਪੈਰ ਪਾਈਦੇ।

ਮਿਹਨਤਾਂ ਦੀ ਜਿੱਤ ਸਦਾ, ਹੁੰਦੀ ਆਈ ਜੰਗ ਉੱਤੇ,

ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਦੇ ਸੀਨਿਆਂ 'ਤੇ ਥੰਡੇ ਨੇ ਝੁਲਾਈਦੇ।

ਕਰਨਾ ਜੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਓ, ਰੋਸ਼ਨ ਭਵਿੱਖ ਤਾਈਂ,

ਆਸਾ ਵਾਲ ਸਦਾ ਸੱਚ, ਦੀਵੇ ਨੇ ਜਗਾਈਦ।

ਮਾਸ਼ਵਾਪ ਕਰ

(ਇਹ ਕਵਿਤਾ ਅਰਥ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਿੱਥ ਕੇ ਮੰਜ਼ਲ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਘੰਟੀ ਵੱਜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ)

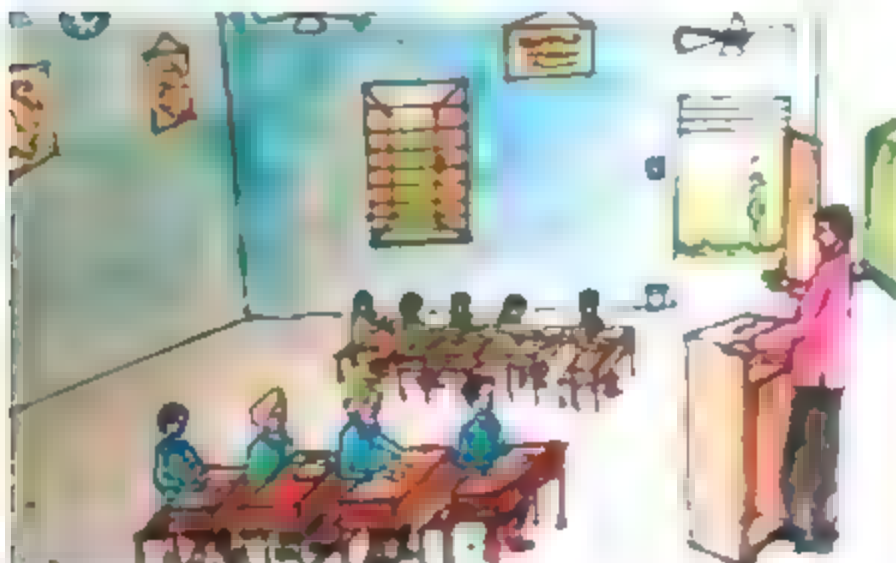
ਮਾਸ਼ਵਾਪ

ਜਸ਼ਨ, ਕਵਿਤਾ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਸੀ ਤੇਨੂੰ ਵੀ ਇਸ 'ਤੇ ਗੌਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਏ। ਆਪਣੇ ਪੇਪਰ ਬਹੁਤ ਨੰਝੇ ਹਨ, ਤੂੰ ਹੁਣ ਮਿਹਨਤ ਬਰਿਆ ਕਰ।

ਮਾਸ਼ਵਾਪ

ਓ ਬੀਬਾ, ਸਾਨੂੰ ਨਈਂ ਲੋੜ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਆਪਾਂ ਕਿਹੜਾ ਅਫਸਰ ਲੱਗਦੈ? ਬਾਪੂ ਸਾਡੇ ਨੇ ਪਾਸ ਕਰਾਈ ਲੈਣਾ। ਪਹੁੰਚ ਬਹੁਤ ਐ ਸਾਡੀ। ਤੇਨੂੰ ਨਈਂ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਲੋੜ।

(ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਪੇਪਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ 'ਤੇ ਪੇਪਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਕਲ ਦਾ ਕੇਸ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਦਾਰੇ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਹੁਣ ਉਹ ਉਦਾਸ ਉਦਾਸ ਰਹਿਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ॥)



ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ

ਜਸ਼ਨ, ਤੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਮੈਂ ਮੈਰਿਟ ਵਿੱਚ ਆਇਆਂ। ਮਰ ਸਾਰ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਮੇਰੀ ਡੈਂਡੀ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਅਸੀਸਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਨ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਆਈ ਪੀ ਐੱਸ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣਨ ਦਾ ਆਪਣਾ ਸੁਪਨਾ ਪੂਰਾ ਕਰੂੰਗਾ।

ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ

: (ਅਫ਼ਸੋਸ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਮਾਰਦਾ ਹੋਇਆ)। ਮੈਂ ਤਾਂ ਯਾਰਾ ਆਪਣਾ ਸਭ ਕੁਝ ਈ ਗਵਾ ਲਿਆ। ਥਸ, ਛੇਕੀ ਟੋਹਰ ਈ ਮਾਰ ਗਈ। ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸੋਚਿਆ ਈ ਨਹੀਂ ਗਿਆ। (ਜਸ਼ਨ ਰੋਣਹਾਕਾ ਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।

ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ

ਹੁਣ ਵੀ ਅੱਗ ਬਾਰ ਕੁਝ ਸੋਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫੁੱਲ੍ਹੇ ਬੇਰਾਂ ਦਾ ਹਾਲੇ ਕੀ ਵਿਗੜਿਆ ?

ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ

: ਹਾਂ, ਅਕਾਸ਼ ਕੁਝ ਸਮਝ ਤਾਂ ਆਈ ਹੈ। ਪਰ ਸਿਆਣੇ ਐਵੇਂ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ, ਵੇਲੇ ਦੀ ਨਮਾਜ਼ ਤੇ ਕੁਵਲੇ ਦੀਆਂ ਟੱਕਰਾਂ। ਹੁਣ ਕੀ ਕਰੂੰਗਾ ?

ਅਕਾਸ਼ਦੀਪ

ਓਹ ਮਿੱਤਰਾ, ਸਵੇਰ ਦਾ ਭੁੱਲਿਆ ਜੇ ਸਮੀਂ ਪਰਤ ਆਵੇ, ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਭੁੱਲਿਆ ਨਾ ਜਾਣੀਏ.. ਸਮੀਂ ਤਾਂ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਇਆ, ਪਰ ਤੂੰ ਹੁਣ ਵੀ ਆਪਣਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਿੱਥ ਤੇ ਪਾਂਧਾ ਨਾ ਪੁੱਛ। ਮੈਂ ਸਦਾ ਫੇਰੇ ਨਾਲ਼ ਹਾਂ।



ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਂ ਭਰੋ : ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਵਿੱਚ ਦੀ ਘਾਟ ਸੀ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਦੁਹਰਾਈ ਕਵਿਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ?

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. 'ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਦਾ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਪ੍ਰਤਿ ਰਵੱਈਆ ਵਧੀਆ ਸੀ'। ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ ਦੱਸੋ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4. ਜਸ਼ਨਪ੍ਰੀਤ ਨਾਲ਼ ਐਤ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋਇਆ ?

ਉੱਤਰ

ਕਿਰਿਆ 3.6

ਅਧਿਆਪਕ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਦ ਸਮੂਹ ਬਣਾਵੇਗਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਆਪ-ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਚਿੰਤਨ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਯੋਗਤਾ, ਗੁਣਾਂ, ਅੰਗੁਣਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨਿਸ਼ਾਨੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਬਾਰ ਸਚ ਕ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਪੱਛ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਹਣਗੇ। ਪਹਿਲਾ ਸਮੂਹ ਉਪਰਕਤ ਮਨਰਥ ਲਈ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਬੋਲੇ, ਇਕਾਗਰ ਚਿੰਤ ਹ ਕੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ 10 ਮਿੰਟ ਆਤਮ ਚਿੰਤਨ ਕਰੇਗਾ।

ਦੂਸਰਾ ਸਮੂਹ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ 10 ਮਿੰਟ ਲਈ ਸੈਰ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਪਰਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ਼ ਬੋਲਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਕਰ ਕੇ ਪਰਤੇਗਾ।



ਵਾਰਸ਼ਾਹ

ਪਸਲ . ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ?

ਉੱਤਰ

ਪਸਲ . ਆਤਮ ਚਿੰਤਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਬਣੋਗੇ ?

ਉੱਤਰ

ਪਸਲ . ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਦੌਰਾਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਏ ਕੋਈ ਤਿੰਨ ਗੁਣ ਤੇ ਔਗੁਣ ਲਿਖੋ

ਉੱਤਰ

ਪਸਲ . ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਨਿਬਾਨਾ ਮਿੱਥ ਕੇ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ?

ਉੱਤਰ



ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ



1. ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ।

ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਅਚੇਤ ਜਾਂ ਸੁਚੇਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਸਮੂਹਿਕ ਹਿੱਸਾ ਤੋਂ ਬਚਣ, ਚੰਗੀ ਸੰਗਤ ਕਰਨ, ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਨਾਲ ਕੋਈ ਕਾਰਜ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਹਮ-ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ (Peer Group) ਦੀ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਮ-ਉਮਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਦੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਹੈ।

ਇਹ ਸਾਰੇ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੇ ਨੇ
ਪਰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਕੇ



ਕਿਰਿਆ 4.1 : ਰੋਲ-ਪਲੇਅ

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੋ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਸਹਿ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲੇ ਸਾਰਥਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੀ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣਗੇ। ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪ ਵੀ ਇਸ ਪਲੇਅ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਪਿਆਪਕ

: ਬੇਟਾ ਮਨਿੰਦਰ! ਤੁਸੀਂ ਬੜੇ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਬੈਠੇ ਹੋ ?

(ਬੱਚਾ ਹੋਰ ਹੇਠਾਂ ਮੁੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚੁੱਪ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।)

ਮਨਿੰਦਰ

ਸਰ, ਇਹ ਕੱਲ੍ਹ ਵੀ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਇਆ। ਘਰ ਲੜਾਈ ਪਾ ਕੇ ਬੈਠਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਬਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ। ਇਸਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਕੋਲ ਬਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੰਗੇਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਰ, ਇਸਦੇ ਮਾਪ ਬਹੁਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨੇ।

ਮਨਿੰਦਰ

ਸਰ, ਇਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਵੀ ਬੜਾ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਮੋਡੇ ਚੰਗੇ ਦਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਜਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਮਨ 'ਤੇ ਬੋਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਤੇ ਉਸਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ। ਜੇ ਘਰ ਦੇ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੀ ਹੋ ਗਿਆ ? ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਆਪ ਲੈ ਲਵੀਂ। ਇਹ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਹੈ ? ਉੱਥੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ :

ਸਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਮੈਨੂੰ ਵੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਮੰਗੇਲ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ- ਓਏ ਛੋਟ੍ਹਾ, ਓਏ ਮੱਟ੍ਹਾ, ਓਏ ਕਾਲਿਆ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਕਥਾ। ਮੈਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਬਹੁਤ ਵਿੱਚ ਬੜਾ ਗੁੱਸਾ ਕਰਦਾ ਸੀ, ਲੜਾਈ ਪੈਦਾ ਸੀ। ਮੇਰਾ ਵੀ ਦਿਲ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਹੀ ਨਾ ਆਵਾਂ। ਸਰ ਜੀ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਸੱਦ ਕੇ ਸਮਝਾਇਆ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਗੁੱਸਾ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਇਹ ਤੈਨੂੰ ਹੋਰ ਤੰਗ ਕਰਨਗੇ। ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਹੀ ਹੱਲ ਹੈ ਤੂੰ ਗੁੱਸਾ ਨਾ ਕਰ, ਫਿਰ ਇਹਨਾਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਹੀ ਤੰਗ ਕਰਨ ਹਟ ਜਾਣਾ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਪੱਲੇ ਬੈਠਾ ਲਈ। ਮੈਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਰਿਹਾ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੰਨ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣ ਲੈਂਦਾ ਸੀ।

ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਆਪ ਹੀ ਹਟ ਗਏ। ਜੇ ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਹਟ ਜਾਂਦਾ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਕੀ ਜਾਣਾ ਸੀ ? ਨੁਕਸਾਨ ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਹੀ ਹੋਣਾ ਸੀ।

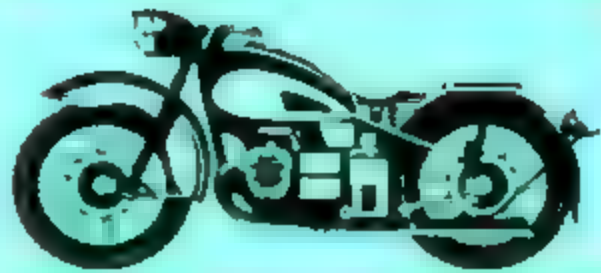
ਅਧਿਆਪਕ

ਮਨਿੰਦਰ ਬੇਟਾ, ਇਹ ਵੀ ਤੁਹਾ ਸਾਥੀ ਨੇ। ਕਿੰਨੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਨੇ ਆਪਾਂ ਉਹੋ ਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਦੂਰ ਬੈਠਾ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨ ਬਣਾ ਲਈਏ, ਤਾਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਮੈਂ ਤਾਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾ। ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਨੇ ਇਹ।

ਹੱਲ ਬੇਟਾ ਦੱਸ ਪਾਏ ਤੁਹਾ ਮਨਿੰਦਰ। ਤਰ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਦੱਸਤਾਂ ਕਲ ਬਲੇਟ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਹੈ (ਮਨਿੰਦਰ ਬੜਾ ਸਮਾਂ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।)

ਚੱਲ ਬਾਹਰ ਵਾਲੇ
ਛੱਡੋ। ਬਣਾ ਤੁਸੀਂ
ਇਹੀ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੇਰੇ
ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਜਮਾਤੀਆਂ
ਕੋਲ ਇਹ ਮੋਟਰ-
ਸਾਈਕਲ ਹੈ।

(ਮਨਿੰਦਰ ਫੇਰ ਚੁੱਪ
ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਮਾਤ ਦੇ
ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੁੰਡੇ ਬੋਲ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।)



ਅਧਿਆਪਕ

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਰ ਜੀ। ਛੋਟੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਪਾਪਾ ਜੀ ਕੋਲ ਹੀ ਨੇ ਸਾਨੂੰ
ਤਾਂ ਕਦ-ਕਦਾਈਂ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਉਦੋਂ, ਜਦੋਂ ਮੇਰੀ ਜੀ ਨ ਨਾਲ ਜਾਣਾ ਹੁੰਦਾ।
(ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹੋਇਆ)। ਬੱਚਿਓ ਇਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਸਹਿ ਸਮੂਹ ਦਾ
ਦਬਾਓ (Peer Pressure)। ਇਸ ਦਬਾਓ ਹੇਠ ਕਈ ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਖਰਾਬ ਕਰ
ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ
ਸੁਨਹਿਰੀ ਵੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਇਹ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਨਿਰਭਰ
ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਬੂਲਦਾ ਹੈ।

ਕਿਉਂ ਬੱਚਿਓ। ਠੀਕ ਹੈ ਨਾ?

“ਹਾਂ ਜੀ ਸਰ”

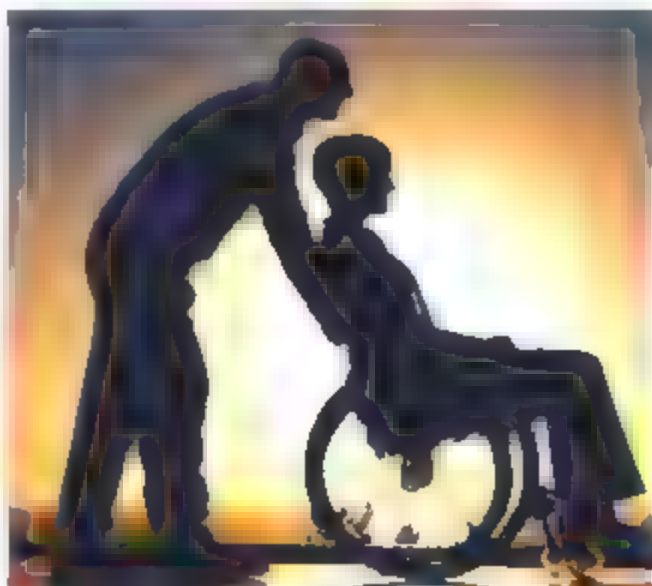
(ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇਕੱਠੀ ਅਵਾਜ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।)

ਸਰ, ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਪੈਲੀਓ ਹੋਇਆ ਹੈ ਮੈਂ ਟਰਾਈ-ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਸਕੂਲ
ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ ਨਿੱਕੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਮੈਨੂੰ ਲੰਗੜਾ ਲੰਗੜਾ ਕਹਿ ਕੇ ਛੇੜਦੇ ਸੀ।
ਮੈਨੂੰ ਬੜਾ ਗੁੱਸਾ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਪ੍ਰਿੰਸਿਪਲ ਸਰ ਕੋਲ ਹੀ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਗੁਆਂਢੀ ਵੀ ਹੈ।
ਪ੍ਰਿੰਸਿਪਲ ਮੈਨੂੰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ - “ਯਾਰ, ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤੀ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰਿਆ ਕਰ।
ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕੁਝ ਬਣਨਾ ਕਿ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ ਪਰ ਤੂੰ ਤਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲਾ ਮੁੰਡਾ
ਹੈਂ। ਹਰ ਸਾਲ ਡਸਟ

ਆਉਂਦਾ ਏ”। ਸਰ ਜੀ,
ਵੇਸੇਂ ਵੀ ਪ੍ਰਿੰਸਿਪਲ ਸਾਰੇ
ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਤਕੜਾ
ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਕਰਕੇ ਵੀ
ਉਹ ਸਾਰੇ ਮੈਨੂੰ ਡੰਗ
ਕਰਨੇ ਹਟ ਗਏ।

ਇਸ ਦੇ ਚੰਗੇ ਸਹਿਯੋਗ
ਸਦਕਾ ਹੀ ਮੈਂ ਬਾਰੂਵੀਂ
ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ
ਗਿਆ ਹਾਂ।

ਮੇਰਾ ਟਰਾਈ ਸਾਈਕਲ
ਵੀ ਪ੍ਰਿੰਸਿਪਲ ਹੀ ਰੱਖ
ਕੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ।



ਸਰ, ਮੈਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਗਣਿਤ ਵਿੱਚ ਬੜਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸੀ ਪਰ ਨਵਰੂਪ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਾਂਗੂੰ ਬੱਲ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ। ਗਣਿਤ ਇਸਦੇ ਪੇਟਿਆਂ 'ਤੇ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਗਣਿਤ ਦੀ ਪੀਰੀਅਡਾਂ ਵਿੱਚ ਭਿੜਕਾਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸੀ ਤਾਂ ਇਹ ਮਰ ਨਾਲ਼ ਵੱਧ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਇਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਗਣਿਤ ਬਾਮ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਨਵਰੂਪ ਫ਼ਸਟ ਤੇ ਮੈਂ ਸੈਕਿੰਡ ਆਇਆ ਦਸਵੀਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਸ ਦਾ ਸਾਥ ਕਰਕੇ ਹੀ ਅੱਜ ਮੈਂ ਬਾਰਵੀਂ ਦੇ ਨਾਨ-ਮੈਡੀਕਲ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਪੂਰ ਮਾਣ ਨਾਲ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸਰ ਜੀ, ਹਾਣੀ ਤਾਂ ਮਾਡੇ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨੇ ਤੇ ਚੰਗੇ ਵੀ ਇਹ ਤਾਂ ਆਪ ਹੀ ਦੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਚੰਗਾ ਕੌਣ ਤੇ ਬੁਰਾ ਕੌਣ?

ਅਧਿਆਪਕ

ਸ਼ਾਬਾਸ਼! ਠੀਕ ਕਿਹਾ। ਬੱਚਿਓ! ਸਹਿ ਸਮੂਹ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਭਾਵ ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਜ਼ਰ ਵੀ ਦੋ ਤਰਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹਨ। ਹਾਂ-ਪੱਖੀ ਤੇ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੋ ਧੱਕੇ ਵਾਲਾ, ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਂਹ ਪੱਖੀ ਹੋ ਪਰ ਜੇ ਸਾਥੀ ਚੰਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਲਿਆਉਂਦਾ। ਬਰੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਇਕੱਲਾ ਚੰਗਾ ਪਰ ਤੁਰੀ ਇਸ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੀ ਕੱਢੀ ਨਹੀਂ। ਸਾਰ ਸਾਥੀ ਹੀ ਚੰਗੇ ਨ ਬਣੇ ਮਨਿੰਦਰ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਹ ਤੁਰ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਸਕ ਨ? ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੌਣ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ 2-4 ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗ ਕੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਅੱਖੋਂ ਪਰਖੋ ਕਿਉਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ਨਹੀਂ, ਬੇਟਾ ਜੀ, ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ।

ਮਨਿੰਦਰ

ਸ਼ਾਬਾਸ਼! ਆ ਮੇਰਾ ਪੱਤ, ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆ।" ਮਨਿੰਦਰ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕੋਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਰ ਜੀ, ਅੱਜ ਮੇਰੇ ਹਮ-ਉਮਰ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰ ਜਾਣ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਅੱਜ ਸਮਝ ਆ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਬੁਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣਿਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਹੁਣ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਦਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਰ ਜੀ, ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਹਨਾਂ ਸਾਥੀਆਂ 'ਤੇ ਮਾਣ ਹੈ। ਸਰ ਜੀ, ਅੱਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੀ ਕੋਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ। (ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਨਿੰਦਰ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਪੈਰੀਂ ਹੱਥ ਲਗਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਖੁਸ਼ੀ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਉਸ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਤਾੜੀਆਂ ਨਾਲ ਗੂੰਜ ਉੱਠਦੀ ਹੈ।)

ਦਰਕਸੀ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1 ਮਨਿੰਦਰ ਕਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ਼ ਸੁਧਰਦਾ ਹੈ?

ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2 ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਥੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਉੱਤਰ

...।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3 ਸਮੂਹ ਦੇ _____ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੇ ਅਗਵਾਈ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (ਰਲ-ਪਲਅ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਚੰਗੇ/ਬੁਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਚੁਣ ਕੇ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਭਰੋ।)

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4 ਮੇਨ ਲਿਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਰ ਸਾਥੀ ਹਨ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦਾ ਪੀਰੀਅਡ ਨਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਹੋਗੇ? (ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਅਗਵਾਈ ਅਨੁਸਾਰ 2-3 ਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉੱਤਰ ਦਿਓ।)

ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5 ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਨਿੰਦਰ ਦੀ ਥਾਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪੇ ਗਰੀਬ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਕੇ ਚੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ?

1. ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੱਡਾ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।
2. ਮੈਂ ਬਲਟ ਮਟਰਸਾਈਕਲ/ਸਕੂਟਰ ਸ਼ਰੀਦਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗਾ/ਕਰਾਂਗੀ।
3. ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਕਰਾਂਗਾ।

ਉਪਰੋਕਤ ਚੁਣੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਰੋਲ-ਪਲੇਅ ਦਾ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਦਲੀਲ ਸਹਿਤ ਲਿਖੋ

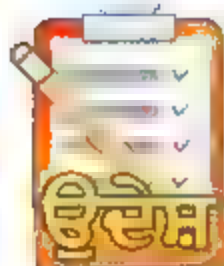
ਉੱਤਰ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 6 ਆਪਣੇ ਸਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਭਰਦੇ ਹੋਏ ਪੈਰਾ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

ਨਵਰੂਪ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਨੂੰ ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ ਕੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਨਵਰੂਪ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਬਾਰੂਵੀਂ ਜਮਾਤ ਤੱਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਨਿੰਦਰ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਦਕਾ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਪਿਆ। ਮੈਂ ਵੀ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਮਿਲ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਰਾਇ ਨਹੀਂ ਦਿਆਂਗਾ, ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਬਣਨ ਲਈ ਪੂਰਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿਆਂਗਾ। ਅਸੀਂ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਉਸਾਰੂ ਕੰਮ ਕਰਾਂਗੇ।

ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਦੇ ਪਾਤਰ ਮਨਿੰਦਰ, ਨਵਰੂਪ, ਪੁਸ਼ਪਿੰਦਰ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਹਿਪਾਠੀਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਰਾਹੀਂ ਆਪਸੀ ਸੇਵਾਦਾਰਤਾ ਕਰਾ ਕੇ ਕਿਸ ਵੀ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕ ਅਗਵਾਈ ਰਾਹੀਂ ਚੰਗੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਗਹਿਣ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਸਹਿ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਵਿਹਾਰਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਜਾਮਾ ਪਹਿਨਾ ਕੇ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਗੇ।

ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ : ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ



2

ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰ : ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਬੁਰੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਤਿਆਗ

ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਨਰਦ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਉਸਾਰਨ ਦਾ ਸੁਨਹਾ ਦਣਾ

ਨਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਰਦ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਨਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਰਦ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਨਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਰਦ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਨਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਰਦ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਸਮਾਜ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ।

ਧਰਤੀ ਦੇ ਹਰ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਮਕਾਬਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੱਦ ਉੱਚੀ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦਾ ਬੌਧਿਕ ਆਧਾਰ ਵਾਲਾ ਸਮਾਜ ਹੈ। ਨਰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ ਨਰਦ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦਾ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸ਼ਰਾਬ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਫੀਮ, ਪੇਸ਼ਾ, ਭੱਗ, ਭੁੱਕੀ, ਸਮੇਕ, ਸਿਥੇਟਿਕ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸਵਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਿੱਜ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ, ਸਮਾਜਿਕ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਕਦ ਵੀ ਕੋਈ ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਬੁਰਾਈ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹਰ ਬੁਰਾਈਆਂ

ਸੁਸਹਾਲੀ ਦਾ ਰਾਹ...



ਨੂੰ ਜਨਮ ਵੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਚ ਉੱਚੀ ਸੱਚੀ ਅਤੇ ਮਨੋ ਬਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਰਹੇ ਅਤੇ ਚੰਗੇਰਦੇ ਨੂੰ ਵੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਰਹੇ। ਆਪਣੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਨਸ਼ਾ ਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਵਾਹ ਵਾਸਤਾ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਲੇੜ ਇਸ ਦੇ ਮੰਦ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਗ੍ਰਸਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇਰਦੇ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਹੈ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਆਦੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਸਮਾਜ ਦੀ ਕੋਈ ਧਿਰ ਨਜ਼ਰ ਐਦਾਜ਼ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਧਾਰ ਲਈ ਕੋਈ ਸਾਰਥਕ ਯਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਤਾਂ ਇਹ ਅਲਾਮਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਬੁਰਾਈ ਦੀ ਰੋਕ-ਥਾਮ ਲਈ ਸਵੇ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਦ੍ਰਿੜ ਆਤਮਿਕ ਮਨੋ ਬਲ, ਭਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ,

ਸਰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਦਾ ਅਹਿਮ ਯੋਗਦਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਂਚ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮਨ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਦ੍ਰਿਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਕਈ ਤਾਕਤ ਨਸ਼ਾ ਲਗਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ। ਨਸ਼ਾ ਉਢਾ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਕਿਰਿਆ ਕੇਂਦਰਿਤ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦਾ ਆਧਾਰ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਦੁਖਾਂਤਕ ਵਾਰਤਾ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦਾ ਰਾਹ ਦਿਖਾਵੇਗੀ।

ਕਿਰਿਆ 5.1

ਪ੍ਰਸ਼ਨਮੂਲਕ ਬਿਰਤੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਕੇਂਦਰਿਤ ਅੰਤਰ ਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕਰਵਾਉਣ ਤੇ ਪਹਿਲਾ ਪੁੱਛ ਗਏ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਡਰ, ਭਿਜਕ ਜਾਂ ਸਹੀ/ਗਲਤ ਹੋਣ ਦੇ ਖਦਸ਼ੇ ਦੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਦਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਅਨੁਸਾਰ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਉੱਤਰ ਦੇਣਗੇ।

ਸਮਾਜ 1 ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਕੋਈ ਦੋ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਖੋ।

ਦਿੱਤਾ

ਸਮਾਜ 2 ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਰਾਬ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬੁਰਾਈ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਇੱਕ ਬੁਰਾਈ ਦੱਸੋ।

ਦਿੱਤਾ

ਸਮਾਜ 3 ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਕਰਦੇ ਦਖਲੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ? (ਕੋਈ ਇੱਕ ਕਾਰਜ ਲਿਖਣਾ)

ਦਿੱਤਾ

ਜਿਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਕੋਈ ਦੋ ਬੁਰਾਈਆਂ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਖੋ।
 ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ 5.2

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਪੂਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀਆਂ ਕਹਾਣੀ ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸੇ ਫ਼ਿਲਮ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਵਾਂਗ ਸੁਣਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਕੇ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਣਨਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਇਕੱਲੇ-ਇਕੱਲੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਨੂੰ ਉਹ ਆਪ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਰਾਹੀਂ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੂਹ ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਾਲੋਂ-ਨਾਲ ਹੁੰਗਾਰਾ ਵੀ ਦੇਣਗੇ। ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਗੇ ਕਿ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਸੁਣਨ-ਸਮਝਣ ਉਪਰੰਤ ਇਸ ਦੇ ਬੀਮ/ਵਿਸ਼ੇ ਰਾਹੀਂ ਸੰਵਾਦੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਰਾਇ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਕੇ ਨਰਦ ਸਮਾਜ ਵੱਲ ਵਧਣ ਲਈ ਉਪਰਾਲੇ ਵੀ ਕਰਨੇ ਹਨ।

ਕਪੂਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ

(ਲਘੂ ਕਹਾਣੀ)

ਮਿਲਣ ਤਾਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਨੂੰ ਗਿਆ ਸਾਂ, ਪਰ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਆਪਣੀ



ਪਤਨੀ ਦੀ ਭੂਆ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਜਹਾਨਾਂ
ਤੁਰ ਗਏ ਪੁੱਤ ਦਾ ਅਫਸਸ ਈ ਕਰ ਆਵਾਂ।
ਦੱਖਿਆ, ਤਾਂ ਭੂਆ ਵਿਚਾਰੀ ਔਤਾਂ ਦੀ ਦੁਖੀ
ਸੀ। ਭੂਆ ਨੇ ਰੋ ਰੋ ਕੇ ਅੱਖਾਂ ਸੁਜਾਈਆਂ
ਹਈਆਂ ਸਨ। ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਪੁੱਤ ਦੇ ਤੁਰ
ਜਾਣ ਦਾ ਦੁੱਖ ਤਾਂ ਹੋਣਾ ਈ ਐ। ਮਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਤ
ਜਾਨੋਂ ਵੱਧ ਪਿਆਰੇ ਹੁੰਦਾ।

“ਭੂਆ, ਰੱਬ ਵੀ ਤਰਸ ਨਈਂ ਕਰਦਾ।
ਜਵਾਨੀ 'ਚ ਪੁੱਤ ਕਿਉਂ ਖੋਹ ਲੈਂਦਾ ਏਹ ਮਾਵਾਂ
ਤੋਂ ?” ਇਹ ਬੋਲ ਬੋਲੇ ਹੀ ਸਨ ਕਿ ਭੁੱਬਾਂ ਮਰ ਕੇ
ਰੋ ਪਈ ਭੂਆ। ਅਖੋ, “ਹੁਣ ਤਾਂ ਪੁੱਤ ਦੀਦੇ ਵੀ
ਕੰਮ ਛੱਡ ਗਏ। ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਦੁੱਖਾਂ ਨੇ ਖਾ ਲਿਆ
ਸਾਰੀ ਉਮਰ।”

“ਭੂਆ, ਸਬਰ ਰੱਖ। ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਕਰਨੀ
ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਟਾਲ ਸਕਦੇ ਆਂ ਆਪਾਂ ?” ਮੇਰ ਇਹ ਬੋਲ ਸਣ ਕੇ ਭੂਆ ਨੇ ਭਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਕਿਹਾ, “ਪੁੱਤ, ਇੱਕ ਮਰਦਾ ਤਾਂ
ਸਬਰ ਕਰ ਲੈਂਦੀ, ਮਰਾ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਖ਼ਾਨਦਾਨ ਈ ਮਰ-ਮੁੱਕ ਗਿਆ। ਕਰਤਾਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਵਾਲੀ ਤਰੀ ਖ਼ਾਨਦਾਨੀ
ਭੂਆ, ਅੱਜ ਸਭ ਕੁਝ ਗੁਆ ਕੇ ਗਲੀ ਦੇ ਕੱਖਾਂ ਵਾਂਗ ਹੁਲਦੀ ਪਈ ਆ।”

“ਮੈਂ ਸਮਝਿਆ ਨਹੀਂ ਭੂਆ ?”
“ਸੁਣ ਫਿਰ ਭੂਆ ਦਾ ਦੁੱਖ।” ਵਿਆਹੀ ਆਈ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਫੁੱਫੜ ਤਹਿਸੀਲ 'ਚ ਲੱਗਾ ਸੀ ਵੱਡਾ ਅਫਸਰ ਸ਼ਹਿਰ
'ਚ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਉਦੋਂ ਦੀ ਖ਼ਰੀਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਕਰੋੜਾਂ 'ਚ ਸੀ। ਘਰ 'ਚ ਸਰਾਬ ਨੇ ਖਹਿੜਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ। ਬਥਰਾ
ਵਾਸਤਾ ਪਾਉਂਦੀ ਸਾਂ ਕਿ ਨਾ ਪੀਵ, ਪਰ ਇੱਕ ਨਾ ਮੇਨੇ। ਪੀ-ਪੀ ਕੇ ਤਰਾ ਫੁੱਫੜ ਈ ਤੁਰ ਗਿਆ। ਵੱਡਾ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਚਿਹਦੀ
ਨੌਕਰੀ ਮਿਲੀ। ਸਰਕਾਰੀ ਨੌਕਰੀ ਵਾਲੀ ਨਾਲ ਚਿਹਦਾ ਵਿਆਹ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਰਾਬ ਪੀ-ਪੀ ਕੇ ਉਹ ਵੀ ਚਲਦਾ
ਹੋਇਆ।” ਭੂਆ ਰੋ ਰੋ ਕੇ ਦੱਸਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ। ਮੈਂ ਸੁਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸਾਂ। ਦੁਖੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਂ।

“ਫੋਰ ਭੂਆ ?”
“ਵਰ ਕੀ, ਨੂੰਹ ਸਿਆਣੀ ਨਿਕਲੀ ਦੋ ਮੁੰਡੇ ਸੀ। ਕਹਿਦੀ ਪੇਕੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਂਦੇ ਕਿ ਇੱਥੇ ਆ ਜਾ ਛੱਡ ਸਹੁਰਾ ਘਰ,
ਪਰ ਉਹ ਕਹਿਦੀ ਬੱਸ ਜਿੱਥੇ ਵਿਆਹੀ ਉੱਥੇ ਈ ਕੱਟ੍ਹੇ ਸਾਰੀ। ਦੂਜੇ ਛੱਟੇ ਮੁੰਡੇ ਨਾਲ ਚਿਹਦੀ ਚਾਦਰ ਪਾ ਦਿੱਤੀ ਉਹ
ਵਿਚਾਰੀ ਕਰਮਾਂ ਮਾਰੀ ਆਪਣਾ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੇਤਾਲਦੀ ਤ ਮਰਾ ਵੀ ਖਿਆਲ ਰੱਖਦੀ। ਛੋਟਾ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ
ਸੀ।” ਭੂਆ ਸਭ ਦੱਸੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ।



“ਅੱਛਾ.... ਫੋਰ ?”

“ਛੋਟਾ ਮੁੰਡਾ ਵੀ ਨਬਿਆਂ 'ਤੇ ਲੱਗ
ਗਿਆ। ਬਾਪ ਦਾ ਸਾਇਆ ਨਈਂ ਤੇ ਯਾਰ
ਵੀ ਚਿਹਦੇ ਨਿਖੜ੍ਹੇ ਐਥੀ। ਨੂੰਹ ਕਰਮੀ
ਸਿਆਣੀ ਸੀ। ਅਖੋ 'ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਕੇ ਵਿਦੇਸ਼
ਲੈ ਜਾਨੀ। ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਨਬਿਆਂ 'ਚੋਂ ਤਾਂ ਬਚ
ਜਾਵਾਂਗੇ।' ਉੱਜੜਦਾ ਘਰ ਦੇਖ ਮੈਨੂੰ ਨੂੰਹ
ਦੀ ਗੱਲ ਠੀਕ ਲੱਗੀ। ਕੰਬਖ਼ਤ ਸ਼ਰਾਬੀ ਨੂੰ
ਸਿਆਣਾ ਜਾਣ ਜ਼ਮੀਨ ਨਾਂ ਲਿਆ ਦਿੱਤੀ
ਸੀ ਪਹਿਲਾਂ ਈ।... ਵੱਚ ਦਿੱਤੀ ਕੌਡੀਆਂ ਦੇ
ਡਾਅ ਉਹ ਵੀ ਉਹਨੇਂ। ਨੂੰਹ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਦੇ
ਟੈੱਸਟ ਪਾਸ ਕੀਤਾ। ਵੀਜ਼ਾ ਆਇਆ। ਘਰ
'ਚ ਰਹਿਦਾ ਪੇਸ਼ਾ ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾਣ 'ਤੇ ਲਾ

ਦਿੱਤਾ। ਦੋ ਪੋਤਿਆਂ ਤੇ ਮੇਰੇ ਛੋਟੇ ਮੁੰਡੇ ਜੱਸੀ ਸਮੇਤ ਸਾਰ ਕਨਡਾ ਜਾ ਵੱਸੇ।... ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦੇ ਤੇ ਚੰਗਾ ਖਾਂਦੇ ਸਾਰੇ ਉੱਥੇ। ਨੂੰਹ ਦਾ ਫੋਨ ਆਇਆ ਕਰਦਾ ਸੀ ਅਕਸਰ ਕਿ 'ਏਥੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੇ ਤੇ ਨਈਂ ਮਿਲਦੇ, ਪਰ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਖਰੀਦਾ ਨਈਂ ਛੱਡਦਾ ਜੱਸੀ। ਕੰਮ ਵੀ ਏਸ ਨੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ। ਕੁੱਟਣ ਮਾਰਨ ਵੀ ਲੱਗ ਪਿਆ'। ਬੱਸ ਸ਼ਰਾਬ 'ਚ ਰੁਕ-ਮਰ ਗਿਆ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਾਲਾ ਜੱਸੀ ਵੀ।"

"ਭੂਆ ਏਡਾ ਜੇਰਾ ਲਈ ਬੈਠੀ ਏਂ ਤੂੰ। ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਪਹਾੜ ਟੁੱਟਿਆ ਤੇਰੇ ਤੇ।"

"ਪੁੱਤ, ਇਹ ਤਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਈਂ। ਆ ਅੱਗੇ ਰੁਣ।... ਆਹ ਤੀਜੇ ਮੁੰਡੇ ਮਨਜੀਤ ਕੱਲ ਰਹਿੰਦੀ ਆ ਹੁਣ ਮਾਲ ਮਹਿਕਮ 'ਚ ਲੱਗਾ ਸੀ ਠੱਕ 'ਤੇ। ਮਰਿਆ ਤੋਂ ਵੀ ਮਾੜਾ ਨਿਕਲਿਆ ਏ ਤਾਂ। ਇਹਦੀ ਤੀਵੀਂ ਜੀਤੀ ਵੀ ਨੌੜੇ ਦੇ ਪਾਈਕੇਟ ਸਕੂਲ 'ਚ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੀ ਆ। ਠੇਗੀ ਠੇਗੀ ਨਾਲ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਨਾਲ ਬਹਿਣਾ-ਖਲਣਾ ਹੋਇਆ। ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਹੋਟਲਾਂ 'ਚ ਐਸ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਕਈ-ਕਈ ਦਿਨ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿਣਾ ਤੇ ਘਰ ਇੱਕ ਪੋਲਾ ਵੀ ਨਈਂ ਦੇਣਾ ਏਸ ਨੇ। ਨੂੰਹ ਆਪਣੀ ਤਨਖ਼ਾਹ 'ਚੋਂ ਸਰਦਾ ਬਣਦਾ ਦੇ ਕੇ ਮਰਾ ਰਟੀ-ਟੁੱਕ ਕਰਦੀ ਰਈ ਵਿਚਾਰੀ। ਬਥਰਾ ਰਕਦੀ ਆਹ ਮੇਰੇ ਨੂੰਹ ਵਿਚਾਰੀ ਬਸ ਕੱਟ ਖਾ ਬਵੱਸ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਆਹ ਹੁਣ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਨੰਕਰੀ ਤੋਂ ਵੀ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਮਹਿਕਮੇ ਨ। ਅਖ ਸ਼ਰਾਬ ਤੋਂ ਵਧਦਾ ਸਮੇਕ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਏਹ। ਬਾਹਰ ਦਿਆਂ ਅੰਬੀ ਯਾਰਾਂ ਦੇ ਭੇੜੇ ਸਵਾਦਾਂ 'ਚ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘਰੋਂ ਵੀ ਬੇਘਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਨਿਖੁੱਟੇ ਯਾਰਾਂ ਦੀ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਲਾਹਾ ਲੈ ਲਿਆ ਸਾਰਾ।"

"ਓਹ ਕਿਵੇਂ ਭੂਆ?" ਮੈਂ ਦੁਖੀ ਮਨ ਨਾਲ ਕਿਹਾ।

"ਬਸ ਕੁਝ ਨਾ ਪੁੱਛ। ਆਹ ਘਰ ਵੀ ਵੱਚ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਇਹਨੇ ਚਾਲਬਾਜ਼ ਨਸ਼ੇਤੀ ਯਾਰਾਂ ਨੂੰ। ਕਬਜ਼ਾ ਲੈਣ ਆਏ ਸੀ ਉਹ ਕਾਗ਼ਜ਼ ਵੇਖ ਕੇ ਈ ਪਤਾ ਲੱਗਾ। ਬਾਣਿਆਂ 'ਚ ਰੇਲਿਆਂ ਤਰੀ ਭੂਆ ਨੂੰ ਤੇਰੇ ਏਸ ਸਾਲੇ ਨੇ।"

"ਕਾਹਦਾ ਪੁੱਤ ਆ ਇਹ ਭੇਰਾ ਭੂਆ, ਜਿਹੜਾ ਪੁੱਤ ਈ ਨਾ ਬਚਾ ਸਕਿਆ ਤੇਰੀ??" ਮੇਰੇ ਦੁਖੀ ਹੋਏ ਦੇ ਬੋਲ ਨਿਕਲੇ।

"ਆਹ ਜੀਤੀ ਨ ਆਪਣੇ ਗਹਿਣੇ ਵਚ। ਮੱਲ ਦ ਕ ਆਹ ਘਰ ਬਚਾਇਆ ਦਬਾਰਾ ਕਹਿੰਦੀ, 'ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਵਰਗੀ ਸੱਸ ਦਾ ਘਰ ਆ ਇਹ। ਭਾਵੇਂ ਨਰਕ ਭੋਗਾਂ, ਮਰਨਾ ਵੀ ਏਸ ਘਰ ਈ ਆ ਮੇ।' ਕਰੋੜਾਂ ਦੀ ਮਾਲਕ ਅੱਜ ਨਸ਼ੇਤੀ ਪੁੱਤਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਲੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਕਰਕ ਘਰੋਂ ਵੀ ਬੇਘਰ ਹਈ ਪਈ ਆਂ ਮੈਂ ਕਾਹਦਾ ਖ਼ਾਨਦਾਨ? ਏਹ ਜਿਹੇ ਨਸ਼ੇਤੀ ਪੁੱਤਾਂ



ਨਾਲੋਂ ਤਾਂ ਆਹ ਮੇਰੀਆਂ ਨੂੰਹਾਂ ਚੰਗੀਆਂ। ਘਰ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਤਾਂ ਬਚਾਉਂਦੀਆਂ ਰਈਆਂ।"

ਭੂਆ ਰੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਬਸ, ਇੰਝ ਲੱਗ ਰਿਆ ਸੀ ਮੈਨੂੰ, ਜਿਵੇਂ ਕਪੂੜਾਂ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦੇ ਪਹਾੜ ਵਿੱਚ ਨੂੰਹਾਂ ਦੀ ਰੱਬ ਬਣ ਬਹੁੜੀਆਂ ਹੋਣ ਭੂਆ ਲਈ

ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਭੂਆ ਦੇ ਆਏ ਫੋਨ ਤੋਂ ਕੁਝਕ ਤਾਂ ਗਿਆ ਹੀ ਸਾਂ ਕਿ ਫੇਰ ਕਿਤੇ ਨਸ਼ੇਤੀ ਪੁੱਤ ਦੀ ਮੰਤ ਦਾ ਸੁਨਹਾ ਹੀ ਨਾ ਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ? ਸੁੱਖੀ-ਸਾਂਦੀ ਭੂਆ ਲੇਮੀ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਦੱਸ ਰਹੀ ਸੀ, "ਤੇਰਾ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਮਾਰਿਆ ਸਾਲਾ ਪਰਤ ਆਇਆ ਈ। ਡਲਾ ਹੋਏ ਰੱਬ ਬਣ ਬਹੁੜੇ ਗੁਰਦਿੱਤ

ਸਿੱਚੇ ਦਾ ਘਰੋਂ ਨਿਕਲੇ ਨਸ਼ੇੜੀ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਰੋਟੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਤਾਂ ਜਿਹੜਾ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੱਚੇ ਆਪਣੇ ਘਰੋਂ ਮੌਤ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਬਚ ਪਾਉਂਦਾ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਗਿਆ ਨਾ, ਉਹ ਦੱਸਦਾ ਸੀ ਕਿ ਓਸ ਦਾ ਪੱਤ ਕਈ ਨਈਂ ਸੀ ਗਲੀਆਂ 'ਚ ਫੁਲਦੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੁੱਤ ਸਮਝ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਨਸ਼ਾ ਰੋਕੂ ਦਵਾਖ਼ਾਨੇ 'ਚ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਵਾਇਆ। ਫਿਰ ਖੜਾਂ 'ਚ ਆਹਰ ਲਾਇਆ ਦਿਨ ਰਾਤ ਇੱਕ ਕਰਕੇ ਇਹਦਾ ਮਨ ਸਮਝਾਇਆ ਇਹਦਾ ਸੱਚਾ ਦੱਸਤ ਵੀ ਬਣਿਆ ਤੇ ਹਮਦਰਦ ਵੀ। ਦਿਨ-ਰਾਤ ਖੜਾਂ 'ਚ ਕਿਰਤ ਕਰਦਾ ਨਈਂ ਬੈਠਦਾ ਇਹ ਮਨਜ਼ੀਤ। ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਆਂਦਰਾਂ ਤੇ ਤੀਵੀਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਹੱਥੂਆਂ ਤੋਂ ਤੋਬਾ ਕਰਨ ਦੀ ਏਸ ਪੁੱਤ ਦੀ ਵਿਲੁਕ ਨੇ ਏਸ ਦੀ ਘਰ ਵਾਪਸੀ ਕੀਤੀ। ਸਰਦਾਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੱਚੇ ਕਹਿੰਦਾ ਖੜਾਂ 'ਚ ਉਵੇਂ ਈ ਕੰਮ ਕਰੂ ਇਹ ਤਰਾ ਸ਼ਰ ਪੱਤ ਮਹੀਨਾ ਤਨਖ਼ਾਹ ਵੀ ਲਊ ਪਰ ਹੁਣ ਏਹ ਆਂਦਰਾਂ ਤੜਪਾਉ ਨਹੀਂ, ਆਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਤ ਦੀ ਠੰਡ ਪਾਉ। ਪੁੱਤ, ਹੁਣ ਸੁਧਰ ਗਿਆ ਈ ਤਰਾ ਸਾਲਾ! ਆਹ ਨੂੰਹ ਵੀ ਫੁੱਲੀ ਨਈਂਦੀ ਸਮਾਉਂਦੀ ਹੁਣ ਆਪ ਹੀ ਕਹਿੰਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੁਣ ਕਿ ਸਵਰ ਦਾ ਭੁੱਲਿਆ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਘਰ ਆ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਭੁੱਲਿਆ ਨਈਂ ਕਹਿੰਦੇ।"

ਭੂਆ ਦੀ ਲੰਬੀ ਚੌੜੀ ਗੱਲ 'ਚ ਲਗਾਤਾਰ ਹੁੰਗਾਰੇ ਡਰਦਾ ਰਿਹਾ। ਦੁਖਦਾਈ ਮਨ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਖ਼ਾਰਸ਼ ਵੀ ਮਿਲੀ। ਸੁਧਰੇ ਮਨਜ਼ੀਤ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕੌੜਾ ਸੱਚ ਜਾਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਰਹਿ ਨਾ ਸਕਿਆ, "ਭੂਆ ਤਰਾ ਮਨਜ਼ੀਤ, ਸੱਚੀ ਮਨ ਦੀ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤ ਗਿਆ ਈ ਕਪੜੇ ਨਾਲ ਤਰੀਆਂ ਨੂੰਹਾਂ ਤਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਹੋ ਹੀ ਨ, ਪਰ ਆਹ ਕਪੜੇ ਵੀ ਤੇਰਾ ਸਪੁੱਤ ਬਣ ਗਿਆ ਈ-ਸਪੁੱਤ।"

—ਡਾ. ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਕਲਸੀ (ਕਹਾਣੀਕਾਰ)

ਕਿਰਿਆ 5.3

ਸਾਰ ਨਾਮੁ ਘਰਾਨਾ ਨਾਨਕਾ ਵਾਸੀ ਏਕਾ ਨਾਮੁ ॥ ਸਵਾਸੁ ਭਜਾਇ ॥ ਜਿਹਾ ਜਾਣੀ ਸਾਧੁ ॥ ਜੀਵਨੁ ॥

ਲਿਖ ਅਨਸਾਰ ਬਿਆਨ ਕਰਨਗੇ

ਸਮਨ । ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭੂਆ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਮਨਜ਼ੀਤ ਦੀ ਘਰ-ਵਾਪਸੀ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ? ਜਵਾਬ 50-ਫੁ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ

ਪਸਾ । ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸਨ? 1 2 ਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ/ਦੱਸੋ।

ਉੱਤਰ

ਪਸਾ । ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਧਿਰਾਂ/ਪਾਤਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖੋ/ਦੱਸੋ।



ਸ਼ਬਾ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਇੱਕ ਸੁਧਾਰਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਪਾਤਰ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਖੋ, ਜਿਸ ਵਰਗੇ ਤੁਸੀਂ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਹ ਦਲੀਲ ਵੀ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵਰਗਾ ਬਣਨਾ ਕਿਉਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ?

ਉੱਤਰ .

ਕਿਰਿਆ 5.4

ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਨਸ਼ੇ ਕਿਹੜੇ ਸਨ ? ਉਹਨਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ-ਪੀਣਾ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ? ਉਹਨਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਇੱਕ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਨਸ਼ੇ ਕਿਹੜੇ ਸਨ ?

ਉੱਤਰ .

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2 ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮੌਤ ਕਿਉਂ ਹੋਈਆਂ ?

ਉੱਤਰ .

ਸ਼ਬਾ ਐਥੀ ਸੰਗਤ ਵਾਲੇ ਯਾਰ-ਬੇਲੀ ਨੇ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਮਨਜ਼ੋਤ 'ਤੇ ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ ? ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਇੱਕ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰੋ।

ਉੱਤਰ .

ਸ਼ਬਾ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੇ ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

ਸ਼ਰਾਬ	ਸੁਰੀ ਸੰਗਤ
ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੱਧੇ	ਦੁਖਦਾਇਕ ਜੀਵਨ
ਫੂਆ	ਸਮਾਜ-ਸੁਧਾਰਕ
ਮੈਂ (ਪਾਤਰ)	ਤਬਾਹੀ
ਯਾਰ-ਬੇਲੀ	ਆਪਣਿਆਂ ਦਾ ਦਰਦ ਸਮਝਣ ਵਾਲਾ

ਸ਼ਬਾ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ ਜੁਲਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬਰਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਬਰਾਈ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਾਅ ਲਗਪਗ 100 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰੋ।

ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਜੁਗਤਾਪਨ ਕਹਾਣੀ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਉਪਰਕਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦੀਆਂ ਖਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰਨਗੇ ਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਕ ਇਨਸਾਨ ਬਣ ਕੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚੋਂ ਦੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ



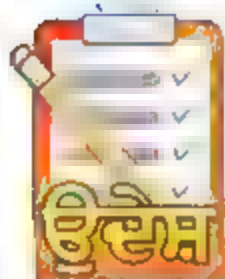
“ਭੂਆ” ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਸੀ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ
ਮੌਤਾਂ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਸਨ ਪੁੱਤਾਂ ਨੇ ਘਰ ਦੀ ਸਾਰੀ ਜਾਇਦਾਦ ਵੀ ਦਾਅ 'ਤੇ
ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਘਰ ਦੀਆਂ ਨੂੰਹਾਂ ਵੀ ਨਸ਼ੇੜੀਆਂ ਕਾਰਨ ਸਨ। ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਸ
ਦੇ ਘਰ ਦਾ ਕੋਈ ਜੀਅ ਹੋਵੇ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਗਤ
ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸ਼ਰਾਬੀ ਤੇ ਐਬੀ ਦੇਸਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਦੇਸਤ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇੜੀ
ਬਣਾਇਆ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਘਰ ਵੀ ਉਜਾੜ ਦਿੱਤਾ। ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਭੂਆ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਨੂੰਹਾਂ ਦੇ ਆਪਸੀ ਰਿਸ਼ਤ
ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਵੀ ਆਪਸੀ ਸਹਿਯੋਗ ਵਾਲਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ
ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਪਾਤਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੱਧੇ ਵਰਗਾ ਬਣਾਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ
ਕੀਤਾ। ਮਨਜ਼ੀਤ ਨੇ ਵੱਡਿਆਂ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਕੇ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਿਆ। ਇਹ
ਕਹਾਣੀ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ
..... ਦੇ ਨੌਕ ਕਾਰਜ ਕਰਾਂਗਾ।

ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਧਿਆਪਕ ਇੱਕ ਮਾਰਗ-
ਦਰਸ਼ਕ ਹੋਵੇਗਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਕਿਰਿਆਤਮਕ ਭੂਮਿਕਾ ਨਾਲ ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਮਿਸਾਲੀ ਘਟਨਾਕ੍ਰਮ ਰਾਹੀਂ
ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਟੀਗਤ ਕਰਕੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ
ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਭੂਆ ਦੀ ਦੁਰਦਸ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਉਸ
ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਸ਼ੇ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦਾ ਪਤੀ ਤੇ ਪੁੱਤ ਮੌਤ ਵੱਸ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਘਰ ਦੀ ਅਮੀਰੀ,
ਸ਼ਰੀਰੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਧਿਰ ਦੀ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਬਰਾਈ ਸਾਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੁਰਦਸ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ
ਹੈ। ਨੂੰਹਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸਵਰਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨੌਕ ਚਰਿੱਤਰ 'ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਹਾਣੀ ਦਾ
ਪਾਤਰ ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੱਧੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਉਸ ਧਿਰ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ, ਜੋ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ
ਸਮਾਜ ਸਧਾਰ ਦਾ ਮੰਤਵ ਨਾਲ ਨਿਰਸਵਾਰਥ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਹੱਟਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ
ਇਸ ਬੁਰਾਈ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋ ਕੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਸੁਧਾਰ ਵਿੱਚ ਸਾਰਥਕ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਏਗਾ।





ਗੁੱਸੇ/ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ



ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਾਝ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਇਨਸਾਨ ਦੁਨੀਆਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੀ ਕਈ ਹੋਰ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚੰਗੇਰਦੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਸੋਚਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਰਗੀ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਇਸ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਹੋਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕੋਗੇ। ਇਹ ਮੰਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਵੱਸ਼ ਮਹਾਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਅ ਅਤੇ ਕੁੱਝ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿ ਕੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਉੱਚੀ ਉਡਾਣ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਾਂਗੇ। J.G. Sigmund ਅਨੁਸਾਰ "First Love Yourself", ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਤੇ ਇਹ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਉੱਤੇ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਜਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਰਥਕਤਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਦਾ ਉਮਰ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵਿੱਚ ਰਹਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਠੇਸ ਨਹੀਂ ਲਾ ਸਕਣਗੀਆਂ। ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਇੱਕ ਆਦਰਸ਼ ਭਰਾਮਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਮੰਨ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ ਸਾਡਾ ਸੁਭਾਅ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਉਮੀਦਾਂ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਸ਼ਖਸੀਆਂ-ਖਾਤਿਆਂ ਭਰੀ ਇਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਮਾਣਦਾ ਹੋਏ, ਜੋ ਕਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਚਿੰਤਾ, ਦੁੱਖ, ਤਕਲੀਫ਼ ਆਦਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰੋ। ਗੁੱਸੇ ਜਾਂ ਤਨਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਹ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਜੇ ਕੋਈ ਤਨਾਅ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਗੁੱਸੇ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਲਈ ਵੀ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ। ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਤਨਾਅ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਅੰਕੜੇ ਵੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮਝਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਸਿੱਟੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪ ਹੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਘੜ ਲਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ :

- 40% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਕਾਲਪਨਿਕ)
- 30% ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਕੁਝਕਾਲ ਦੀਆਂ
- 12% ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਨਿੰਦਿਆ ਕਾਰਨ)
- ਕੇਵਲ ਕਾਲਪਨਿਕ ਅਤੇ ਮਨਘੜ੍ਹਤ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਆਪਣਾ ਸੁਭਾਅ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।
- ਬੀਤ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਲਏ ਗਏ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਇਹ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਵੱਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਈਰਖਾ ਵੱਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਨਿੰਦਾ ਜਾਂ ਕੁਝਲ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੱਚਾਈ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਜੇ ਤੂੰ ਹੋਵੇਂ ਤਾਂ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਤੇਰਾ ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਨੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ
 ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕਰਨਾ ਤੇ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ

ਜੇ ਤੂੰ ਹੋਵੇਂ ਤਾਂ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਤੇਰਾ ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੈ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕੋਈ ਫੈਸਲਾ ਨਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ।"

ਮਾਮਲਾ (ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਜੋ ਸੋਚਿਆ)

ਕਮਾਲ ਦਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਡਰਿਆ ਹੈ ਇਸ ਬੱਚੇ ਦਾ
 ਅੰਦਰ ਉਸ ਦੀ ਇਸ ਸਚ ਨੂੰ ਸਲਾਮ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਵਲ ਉਹ
 ਹੀ ਇਸ ਲਈ ਯੁਗ ਉਮੀਦਵਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨੇਹਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ
 ਉਸ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸ ਫੈਸਲੇ ਤੱਕ ਨਾ ਪੁੱਜਿਆ
 ਜਾਵੇ।

ਕਿਰਿਆ 6.2

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਸਹਿਪਾਠੀਆਂ ਦੀ ਅੰਤਰ-
 ਕਿਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਿੰਨ ਪੱਖਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਹੱਲ ਪਲਾਨ ਦੇ ਸਿੱਟੇ ਕੱਢਣਗੇ।

- 1 ਪ੍ਰੇਰਨਾ, ਉਮੰਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਇਹ ਮਨ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਾਹਰੀ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ,
 ਬਾਹਰੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਹੀ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ-
 ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਬਣਾ ਕੇ ਤਨਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰਨ।
- 2 ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੱਟਲ ਪਹੁੰਚਦਿਆਂ ਹੀ ਪਹਿਲਾਂ ਬੈਠੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਡੱਲਿਆ ਨਹੀਂ।
 ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਮੁਟਿਆਰਾਂ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੇ
 ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਮੁਜ਼ਾਹਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਸਾਰਥਕ ਸੰਚ ਪ੍ਰਗਟਾਈ।
- 3 ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਇਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੱਕ ਪੁੱਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਭੀੜੀਰ
 ਹੋਣ ਅਤੇ ਰਾਹ ਕਿੰਨੇ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣ, ਜੇ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਡੋਲ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਭਰਪੂਰ ਅਤੇ ਆਤਮ-
 ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਚਿੰਤਾ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿ ਸਕਾਂਗੇ।

ਕਿਰਿਆ 6.3

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਕੁਝ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ
 ਕੇ ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਕਰਵਾਏਗਾ, ਜੋ ਕਿ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਜਿਆਦਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਕਿਰਿਆ
 ਲਈ ਲੜੀਂਦੇ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਆਕਾਰੀ ਕੱਚਾ ਆਲੂ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਇੱਕ ਸਖ਼ਤ ਸਟ੍ਰਾਪ (ਨਲਕੀ
 ਲੜੀਂਦੇ ਹਨ।

- 1 ਅਧਿਆਪਕ ਆਲੂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫੜ ਕੇ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਸਖ਼ਤ ਸਟ੍ਰਾਪ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਜਮਾਤ ਦੇ
 ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਬੁਲਾਏਗਾ, ਜੋ ਅਕਸਰ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਸੰਬੰਧਿਤ
 ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਨਾਮ ਲੈ ਕੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਵੇ।)
- 2 ਹੁਣ ਅਧਿਆਪਕ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੇਗਾ: ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਟ੍ਰਾਪ ਨੂੰ ਆਲੂ ਦੇ ਆਰ ਪਾਰ ਇੱਕ ਹੀ
 ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਲੰਘਾ ਸਕਦੇ ਹੋ?
- 3 ਜਮਾਤ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ,
 ਕਿਉਂਕਿ ਸਟ੍ਰਾਪ ਤਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਿਹੀ ਹੋਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕੱਚੇ ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਆਲੂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਲੰਘਾਉਣਾ ਔਖਾ
 ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਰਾਇ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।



4 ਅਧਿਆਪਕ . “ਚਲੋ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ।”

ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਉਸ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਆਲੂ ਅਤੇ ਸਖਤ ਸਟਾਅ ਨੂੰ ਫੜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕ : “ਹੁਣ ਮੈਂ ਕਹਾਂਗਾ ਕਿ ਇੱਕ, ਦੋ, ਤਿੰਨ
ਫਿਰ ਮੈਂ ਕਹਾਂਗਾ ਆਗਿਆ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ”

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੇ ਛੋਟੀ ਨਾਲ ਸਟਾਅ ਨੂੰ ਆਲੂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰੱਖ ਕੇ ਚੌਰ ਦੀ ਇੱਕ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਦਬਾਅ ਪਾਉਣਾ ਹੈ ਇੱਕ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸਫਲ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਦੁਹਰਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

5 ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਖਤ ਸਟਾਅ ਨੂੰ ਆਲੂ ਵਿੱਚ ਆਰ-ਪਾਰ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ

ਅਧਿਆਪਕ ਦੀਆਂ ਤਾੜੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਤਾੜੀਆਂ ਮਾਰ ਕੇ ਇਸ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਗੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਣਗੇ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਦੋ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਚਾਰ ਪੱਖਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਾਦ ਵਿਵਾਦ ਰਚਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ

1. ਖਡ-ਕੁੱਦ ਕਿਰਿਆ (FUN) ਇਹ ਇੱਕ ਖਡ-ਕੁੱਦ ਕਿਰਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੇ ਅਰੰਭ ਵਿੱਚ ਜੇ ਤਨਾਅ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ ਵੀ, ਤਾਂ ਮਨ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਕਤੀ, ਸਬਰ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤ ਨਾਲ ਕਾਰਜ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
2. ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ (PROCESS) ਕੁਝ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਇੱਕੋ ਝਟਕੇ ਨਾਲ ਸਖਤ ਸਟਾਅ ਨੂੰ ਆਲੂ ਵਿੱਚ ਲੰਘਾਉਣਾ ਚਾਹਿਆ, ਪਰ ਉਹ ਅਸਫਲ ਹੋਏ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਹ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨਸੀਹਤਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ, ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਹੀ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ।
3. ਪ੍ਰੇਰਨਾ (MOTIVATION) ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸਬਰ ਤੇ ਸੰਤੋਖ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ। ਠੀਕ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਹੌਸਲਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

4 ਪ੍ਰਤਿਬਿੰਬ (REFLECTION)

ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਸ਼ਬਰ, ਸੰਤੋਖ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਭਾਵ ਨਾਲ ਹਰ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਲਈ ਕਈ ਵੀ ਕਾਰਜ, ਵਿਸ਼ਾ, ਕੋਰਸ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਆਦਿ ਕਰਨ ਔਖੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਉਪਰੋਕਤ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਸਮਾ 1 ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਰਿਆ ਵਰਗੀ ਕਈ ਹਰ ਅਜਿਹੀ ਕਿਰਿਆ ਵੀ ਲਿਖ ਜ ਅਸੰਭਵ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਕਰ ਵਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋਈ ਹੋਵੇ।

ਦਾ ਜਾ

ਸਮਾ 2 ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਕਾਰਜ ਬਾਰ ਲਿਖ ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਤਨਾਅ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਤੁਸੀਂ ਸਵੈ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢ ਸਕੇ ਹੋਵੋ।

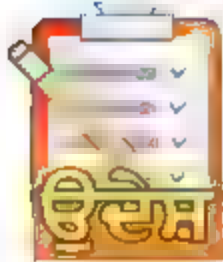
ਦਾ ਜਾ

ਸਮਾ 3 ਉਪਰੋਕਤ ਰੋਲ ਪਲੇਅ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਨਵੀਂ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੋਈ ਹੈ? ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖ।

ਦਾ ਜਾ



ਮਾਨਵੀ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਜੁਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ



ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਰਜ ਕਰੋ ਕਿ ਹਰ ਸਮੇਂ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨਾ।

ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨਾ।

ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨਾ।

ਮਾਨਵਤਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨੁੱਖ ਹੋਣ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਰਥਾਂ ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜਾਤ, ਧਰਮ, ਨਸਲ, ਲਿੰਗ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਫੰਡੀਆਂ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਮਾਨਵਤਾ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਮਸ਼ੀਨੀ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦਾ ਅਥੋਂ-ਪਰੋਖੇ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਦਾ ਭਾਣਾ-ਬਾਣਾ ਹੀ ਕੁਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਸੀ ਮੁਕਾਬਲਾ ਆਧਾਰਿਤ ਬਣ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਪੱਖਪਾਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਲਿੰਗਕ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਸਤਰੀ-ਪੁਰਸ਼ ਦੀ ਪੱਖਪਾਤੀ ਸੱਚ ਤਾਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਜੂਦ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਮਾਨਵੀ ਵਿਹਾਰ ਰਾਹੀਂ ਮੁਸਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਵੀ ਮਾਨਵੀ ਸਦਭਾਵਨਾ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਨੈਤਿਕ ਮੁੱਲਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ।



ਕਿਰਿਆ 7.1 (ਕੇਸ ਅਧਿਐਨ)

ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਇੱਕ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਬਾਹੀ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਦੀਆਂ ਦੋ ਧੀਆਂ ਸਮੇਤ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਲਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਉਹ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੋ ਗਰੀਬ ਬੱਚੇ (ਇੱਕ ਲੜਕਾ ਤੇ ਇੱਕ ਲੜਕੀ) ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਕੁਝ ਖਾਣ ਲਈ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਵੀ ਉਹ ਭੁੱਖੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਧੀਆਂ ਸਮੇਤ ਆਪਣੇ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਰੋਟੀ ਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਧੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਕੇ ਦੀ ਸਗਤ ਨਾ ਕਰਵਾ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੀ ਖਾਣਾ ਖਵਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਭੁੱਖੇ ਲੜਕਾ ਅਤੇ ਲੜਕੀ ਖਾਣਾ ਖਾ ਕੇ ਖਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਚਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰਿਆ ਕਾਰਜ ਕਰਕੇ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਉਪਰੋਕਤ ਕੇਸ ਅਧਿਐਨ ਦਾ ਆਧਾਰ 'ਹਮਦਰਦੀ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਅਤੇ ਜੁਮੇਵਾਰ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ' ਦਾ ਚਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਹੇਠ ਲਿਖ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਓ :

ਸਮਾਨ 1 ਕੀ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਨਾਲ ਓਪਰੀ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖੁਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕੀ ? ਹਾਂ ਜਾਂ ਨਾਂਹ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਈ ਦੋ ਦਲੀਲਾਂ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ

ਸਮਾਨ 2 ਕੀ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਨਾਲ ਲੜਕੇ ਨੂੰ ਵੀ ਖਾਣਾ ਖੁਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ ? ਹਾਂ ਜਾਂ ਨਾਂਹ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਈ ਦੋ ਦਲੀਲਾਂ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ

ਸਮਾਨ 3 ਉਪਰੋਕਤ ਕਸ ਅਧਿਐਨ ਅਨੁਸਾਰ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੜਕ ਤੇ ਲੜਕੀ ਪ੍ਰਤੀ ਹਮਦਰਦੀ ਜਾਂ ਇਸ਼ਾਨੀਅਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਿਹੜੀ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ? ਦੋ ਦਲੀਲਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਝਾਉ।

ਉੱਤਰ

ਸਮਾਨ 4 ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਰਗੇ ਬਣਨਾ ਚਾਹੋਗੇ ? ਹਾਂ ਜਾਂ ਨਾਂਹ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਈ ਦੋ ਦਲੀਲਾਂ ਦਿਓ।

ਉੱਤਰ

ਸੀਟੀਆਂ ਤੇ ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਰਕਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇੱਕ ਸੀਟੀਆਂ ਦੀ ਟਿਕਟ ਵੀ ਖਰੀਦ ਲਈ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਨੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹੀ ਚੱਲਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰਾਖਵੀਆਂ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਸਵਾਰੀਆਂ ਖਲਤੀਆਂ ਦਬਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਹੀ ਜਾਣਾ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ 7.2 (ਪਹਿਲੀ ਸਥਿਤੀ)

ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਬਣਾਲਾ ਤਾਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਰਾਖਵੀਂ ਕਰਵਾ ਕੇ ਪੰਜ ਸੌ ਰੁਪਏ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਏ ਸੀ ਬੱਸ ਦੀ ਟਿਕਟ ਵੀ ਖਰੀਦ ਲਈ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਨੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹੀ ਚੱਲਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰਾਖਵੀਆਂ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਸਵਾਰੀਆਂ ਖਲਤੀਆਂ ਦਬਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਹੀ ਜਾਣਾ ਹੈ।



- 1 ਇੱਕ ਮੁਟਿਆਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
- 2 ਇੱਕ ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦੀ ਔਰਤ (45 ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦੀ)।
- 3 ਨੌਜਵਾਨ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਾਲਜ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- 4 ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦਾ ਇੱਕ ਆਦਮੀ।
- 5 ਇੱਕ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦੋ ਕੁ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਹੈ।

ਦੱਖ ਸਮੂਹ ਇੱਕ ਚੰਗੇ

ਮਾਨਵਤਾ ਦੇ ਸਮੂਹ

ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗਕ ਭਿੰਨ-
ਤਾ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ
ਮਾਨਵਤਾ ਤੋਂ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ
ਵਾਦਨਾ ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ
ਕਿਰਿਆ ਕਰਨਾ।
ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ
ਵਿੱਚ ਦਲੀਲ ਸਹਿਤ



ਸੰਵਾਦੀ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਉੱਤਰ ਦਾਣਗੇ

1. ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੀ ਸੀਟ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾਵੇਗੀ।
2. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਮੁਟਿਆਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
3. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
4. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
5. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਖੜੀ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
6. ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

(ਨੋਟ)

ਉਪਰੋਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਦਿੱਤੇ ਉੱਤਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤਾ ਲਈ 50 ਕੁ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਦਲੀਲ ਦਿਓ

ਕਿਰਿਆ 7.3 (ਦੂਸਰੀ ਸਥਿਤੀ)

ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਐਤਵਾਰ ਦੇ ਦਿਨ
ਆਪਣੇ ਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਅੱਤ ਦੀ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ
ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੂਰ ਸਹਿਰ
ਵਿੱਚ ਸਵੇਰ ਸਥਾਨੀ ਮੰਡੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸਸਤੀਆਂ ਤੇ
ਤਾਜ਼ਾ ਸਬਜ਼ੀਆਂ (ਸਮੇਤ ਫਲ) ਖਰੀਦਣ ਲਈ
ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੇ ਤਾਜ਼ਾ ਸਬਜ਼ੀ/ਫਲ ਖਰੀਦ
ਕੇ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਵੇਚ ਸਕੋ। ਢੇਰੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਣ
'ਤੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਗਾਹਕੀ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ
ਹੈ, ਪਰੇਤੂ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖ
ਗਾਹਕੀ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਪਸੀਨੇ-ਪਸੀਨੇ ਹੋਏ
ਇੱਕੋ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਪੇ
ਆਪਣੀ ਬਵਸੀ ਕਾਰਨ ਹੱਥ ਅੱਗ ਕਰਕੇ ਸਹਿਰ
ਤੱਕ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।





1. ਮੁਟਿਆਰ ਬਹਿਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
2. ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਜਿਸ ਨੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫ਼ਾਰਾ ਬੈਠਾ ਫੜਿਆ ਹੈ
3. ਨੌਜਵਾਨ ਮੁੰਡਾ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਜਾ ਰਿਹਾ।
4. ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦਾ ਆਦਮੀ।
5. ਇੱਕ ਨਵ-ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ।

ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

1. ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
2. ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਗਰੀਬ ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
3. ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਅਧਖੜ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
5. ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਨਵ ਵਿਆਹੀ ਇਸਤਰੀ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।
6. ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਮੁਟਿਆਰ ਨੂੰ ਬਿਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਉੱਤਰ

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਤੇ ਉੱਤਰ ਦੀ ਪ੍ਰੋਤਤਾ ਲਈ 50 ਰੁਪਏ ਵਿੱਚ ਦਲੀਲ ਦਿਓ।

3.2 ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਸਾਇਕਲਕ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਨੂੰ ਮੰਨ ਕੇ ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ ਵਿਚਿਅਕਤੀਆਂ ਆਪ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਵਾਚ ਵਿਵਾਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੁਣਾਏ ਰਚਾਵੇਣ ਉੱਤਰ ਦਰਕਸ਼ੀਟ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਉੱਤਰ ਦੇਣਗੇ।

ਦਰਕਸ਼ੀਟ

ਸਮਸ 1 ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਦੇਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ (1 ਜਾਂ 2)?

1. ਚੰਗਾ ਮਨੁੱਖ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਪੀੜਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ?
2. ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸੀਟ ਉੱਤੇ ਹੀ ਬੈਠਾ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕੀਤਾ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸੁਖ ਹੀ ਦੇਖਣਾ ਸੀ।

ਉੱਤਰ

ਸਮਸ 2 ਜੇ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਖਲਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮੇਨ ਲਓ ਕਿ 'ਮੈਂ ਨਵ ਵਿਆਹੀ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ' ਐਰਫ਼ ਹੀ ਹੁੰਦਾ' ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਦਾ?

ਉੱਤਰ

ਸਮਾਜ : ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਖਲੋਤੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਕੌਣ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ?
ਉੱਤਰ :

ਸਮਾਜ : ਮੈਂ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਸਵਾਰੀ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਬਿਠਾਉਣ ਜਾਂ ਨਾ ਬਿਠਾਉਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ...(1 ਜਾਂ 2) ?

1. ਇਨਸਾਨ ਹਟ ਕਰਕੇ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਪੀੜਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ।
2. ਮੈਂ ਸਾਈਕਲ ਉੱਤੇ ਨਾ ਬਿਠਾਉਂਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੁਕਾਨਦਾਰੀ ਨੂੰ ਹਰਜਾਨਾ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਉੱਤਰ :

ਸਮਾਜ : ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਜੇ ਰਾਹਗੀਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ 'ਬੁੱਢੀ ਤੀਵੀਂ ਮੈਂ ਹੁੰਦਾ' ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਦਾ ?

ਉੱਤਰ :

ਸਮਾਜ : ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਰਾਹਗੀਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਕੌਣ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ?

ਉੱਤਰ :

ਉਪਰੋਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਪਕ ਜੀ ਨਿਰੀਖਕ ਬਣ ਕੇ ਸਮੂਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਆਪਸੀ ਵਿਹਾਰਕ ਸੰਵਾਦ ਰਾਹੀਂ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਿਹਾਰ ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸਿਰਜਣ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਸਮੂਹਿਕ ਵਾਦ ਵਿਵਾਦ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨਿਰਾਕ ਜਾਂ ਨਸਲੀ ਭਿੰਨ-ਭੇਦ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਮਾਨਵੀ ਸਾਂਝ ਵਾਲੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਭਰੇ ਵਤੀਰੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਚੁਣਨਾ ਮਜਬੂਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜਵੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਚੁਣਿਆ ਜਾਣਾ ਵਧੇਰੇ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਨਵੀ ਭਾਵਨਾ ਵਾਲੀ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਜੋਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਖੁਸ਼ੀਆਂ-ਖੇਡਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੀ ਸਾਂਝ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦੂਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬੱਸ 'ਚ ਬੱਚਾ ਚੁੱਕੀ ਇਸਤਰੀ ਅਤੇ ਤੀਸਰੀ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਾਹਗੀਰ ਔਰਤ ਵਧੇਰੇ ਲੋੜਵੰਦ ਹਨ। ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਾਡਾ ਨੈਤਿਕ ਫਰਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਹਣਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਮਾਨਵੀ ਸਰੋਕਾਰ ਵਾਲੀ ਸੋਚ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੋਵੇਗਾ।



ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ

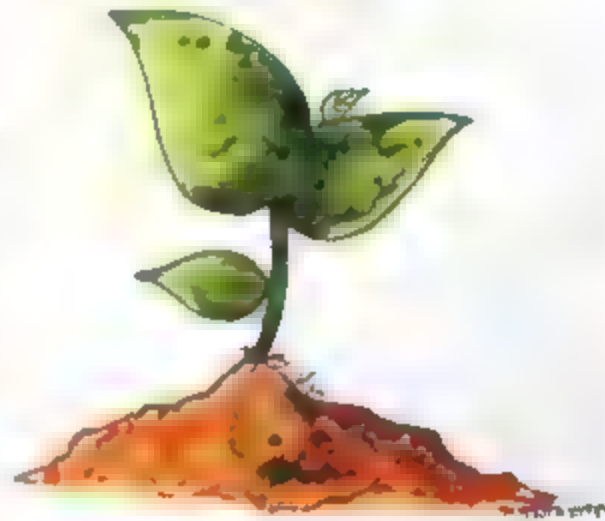


ਇਹ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਹਰ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਮੁਕਾਮ ਉੱਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿਸ ਵੀ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਨੀਂਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉੱਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਰੱਕੀ, ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਆਧਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਕਲਪ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਦੀ ਇਸ ਧਾਰਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸ਼ਖਸ ਜੋ ਨਿਸ਼ਚਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਭਰੋਸਾ, ਯਕੀਨ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਰ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਧਾਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੋਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ, ਤਾਂ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਉਲਟ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇਗਾ।

ਮਨੁੱਖ ਇੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮਾਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਹਰ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਮੁਕਾਮ ਉੱਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿਸ ਵੀ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਨੀਂਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉੱਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਰੱਕੀ, ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਆਧਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਕਲਪ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਦੀ ਇਸ ਧਾਰਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸ਼ਖਸ ਜੋ ਨਿਸ਼ਚਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਭਰੋਸਾ, ਯਕੀਨ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਭਾਵਨਾ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਹਰ ਬਾਜ਼ੀ ਜਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਧਾਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੋਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ, ਤਾਂ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਉਲਟ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਹਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇਗਾ।

ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ

ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਅਕਸਰ
ਛੋਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



ਹਰ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਜਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਨਾਲ ਹੀ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਸਵੈ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਦਿਆਂ ਇੱਕ ਸਿਰਜਣੀ ਵਾਂਗ ਸਿਰਤੋੜ ਯਤਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਲ ਵੱਲ ਵਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਿਸ਼ਚ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਲ ਨੂੰ ਸਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਵਿੱਚ ਅਰੰਭਕ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਇੱਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਇੱਕ ਅਦਾਕਾਰ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਆਉਂਦੇ ਕੁਝ ਪੰਜਾਬੀ ਅਦਾਕਾਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗਾਇਕੀ ਸਿੱਖੀ ਸੀ, ਪਰੰਤੂ ਉਹ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਅਦਾਕਾਰ ਵੀ ਬਣ ਗਏ। ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਗੁਰਦਾਸ ਮਾਨ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਹਸਤੀ

ਹੈ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਗੁੰਝਲੀ ਗਈ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਸ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੇ ਗਾਇਕ ਨੇ ਕੇਵਲ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਾਮਣਾ ਨਹੀਂ ਖੱਟਿਆ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੈਰ ਧਰਾਵਾ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਗੁਰਦਾਸ ਮਾਨ ਕਈ ਪੰਜਾਬੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦਾ ਸਫਲ ਨਾਇਕ ਵਜੋਂ ਵੀ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ। ਮੌਜੂਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕੀ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕ ਦਿਲਜੀਤ ਦੁਸਾਂਝ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਵੀ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਦਿਲਜੀਤ ਦੁਸਾਂਝ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਗਾਇਕੀ ਦਾ ਸ਼ੌਕ ਸੀ, ਪਰੇਤੁ ਆਪਣੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਉਹ ਇੱਕ ਨਾਮੀ ਫ਼ਿਲਮੀ ਨਾਇਕ ਵੀ ਬਣ ਗਿਆ। ਡਾ. ਸਤਿੰਦਰ ਸਰਤਾਜ ਦੀ ਦਾਸਤਾਂ ਵੀ ਕਝ ਅਜਿਹੀ ਹੈ ਨਾਮੀ ਪੰਜਾਬੀ ਗਾਇਕ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਵੈ ਭਰੋਸੇ ਦਾ ਸਿਰ 'ਤੇ ਅਦਾਕਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਲਏ ਫ਼ੈਸਲੇ ਨਾਲ ਉਹ ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਫ਼ਿਲਮੀ ਨਾਇਕ ਵੀ ਬਣ ਗਿਆ। ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵ-ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪਹਿਲਵਾਨ ਦਾਰਾ ਸਿੰਘ ਦੀ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਵੀ ਵਿਚਾਰਨੀ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪਹਿਲਵਾਨ ਨੇ ਕਦੇ ਸੋਚਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਸਫਲ ਅਦਾਕਾਰ ਬਣੇਗਾ। ਮੇਕਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਇਸ ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਉਹ ਇੱਕ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰੇ ਅਦਾਕਾਰ ਵੀ ਬਣ ਗਿਆ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਕੇਵਲ ਪੰਜਾਬੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦੀ ਹੀ ਸਫਲਤਾ ਨਹੀਂ ਬਣੀ ਸਗੋਂ ਹਿੰਦੀ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਬੱਧੀ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਹਿੰਦੀ ਟੀ ਵੀ ਸੀਰੀਅਲ (ਲੜੀਵਾਰ) "ਰਮਾਇਣ" ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਆਧਾਰ ਵੀ ਬਣੀ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਸ ਧਾਰਨਾ ਨੂੰ ਮਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਸਵੈ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦੇ 'ਤੇ ਕਦਮ ਦਰ ਕਦਮ ਚੱਲ ਕੇ ਧਰਤੀ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਕਾਮ ਨੂੰ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਮੇਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਰੋਲ ਅਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਇਹ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅਦਾਵਾਂ ਹੀ ਉਸਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਅਦਾਕਾਰੀ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਲੋੜ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਵੈ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪਾਠ ਦੀਆਂ ਇਹ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਦਾਕਾਰੀ ਦੇ ਅਰੰਭਕ ਕਦਮ ਵਜੋਂ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਤਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਿਰਿਆ 8.1

ਰੱਜਾਨਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਮਾਤ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਜਮਾਤ ਦੀ ਖਾਸੀਅਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਰ-ਕੋਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦੇ ਅਨੁਰੂਪ ਕੁਝ ਕਾਰਜ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣਗੇ, ਜੋ ਅਧਿਆਪਕ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੜ੍ਹ ਗਏ ਪੁਸ਼ਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੀ ਹੋਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੂਰੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਅਤੇ ਭੈ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਦੇਣਗੇ।



ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1 ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ਿਲਮਾਂ/ਨਾਟਕਾਂ/ਗੀਤਾਂ ਦੇ ਫ਼ਿਲਮਾਂਕਣ ਆਪਣੇ ਟੀ ਵੀ ਉੱਤੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ? (ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)

ਉੱਤਰ :

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2 ਜਿਹੜੀਆਂ ਫ਼ਿਲਮਾਂ/ਨਾਟਕਾਂ/ਗੀਤਾਂ ਦੇ ਫ਼ਿਲਮਾਂਕਣ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀ ਵੀ ਉੱਤੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਅਦਾਕਾਰ/ਨਾਇਕ/ਨਾਇਕਾ ਪਸੰਦ ਹੈ?

ਉੱਤਰ :

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3 ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਐਕਟਿੰਗ/ਅਦਾਕਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? (ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)

ਉੱਤਰ :

ਪਾਸਲ 4 : ਕੀ ਹਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ (ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨੀ) ਪੌਟਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ? (ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)

ਕਿਰਿਆ

ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵੇਡ ਸਮੂਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਵਿਸ਼ਾ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਹੱਥਾਂ ਲਿਖੇ ਵਾਕ ਬਲਣਗੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪ ਇੱਕ ਵਾਰ ਬਲਣਗੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ 3-3 ਵਾਰ ਇਹ ਵਾਕ ਅਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਸਮੇਤ ਇੱਕਠੇ ਬੋਲਣਗੇ।

ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵੇਡ ਸਮੂਹਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਵਿਸ਼ਾ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਹੱਥਾਂ ਲਿਖੇ ਵਾਕ ਬਲਣਗੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪ ਇੱਕ ਵਾਰ ਬਲਣਗੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ 3-3 ਵਾਰ ਇਹ ਵਾਕ ਅਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਸਮੇਤ ਇੱਕਠੇ ਬੋਲਣਗੇ।

“ਸਾਡਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਕਹਾਂਗੇ, ਉਹ ਕਰ ਦਿਖਾਵਾਂਗੇ। ਸਾਡਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਪਹਿਲੇ ਸਾਰਥਕ ਕਦਮ ਨਾਲ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।”

ਕਿਰਿਆ 8.2 : ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸਣਾ

ਪਹਿਲੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਤੋਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬਚੇ ਸਮੂਹ/ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਾਲ਼ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜੋ ਹਾਸਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਹੱਸਣ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਪਹਿਲੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਲਗਪਗ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦੁਹਰਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਹੱਸਣ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਦਾ ਹੀ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਰੋਲ ਇੱਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਵਰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ।



ਕਿਰਿਆ 8.3 : ਬਲੈਂਕ ਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਵਾਕ ਲਿਖ ਕੇ ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਬੋਲਣਾ।



ਦੂਜੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਵਾਕ “ਪਿਆਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਓ, ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਇਹ ਪੜ੍ਹਾਂਗੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਪੰਕ ਇਰਾਦ ਨਾਲ਼ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।” ਬਲੈਂਕਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਲਿਖ ਕੇ ਜਮਾਤ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਕੇ ਬੋਲਣਗੇ। (ਇਹ ਬੋਲਦੇ ਸਮੇਂ ਅਧਿਆਪਕ ਉਸ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਆਰਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੁੰਰਨਾ ਦਾ ਬੰਬ ਵੀ ਬੋਲਣਗੇ।) ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਦੂਸਰੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਲਗਪਗ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਦੁਹਰਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕਿਰਿਆ 8.4 (ਇੱਕ ਲੋਕ-ਖੇਡ ਖੇਡਣੀ) : 'ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾ ਉੱਡ'

ਤੀਸਰੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਲੋਕ ਖੇਡ 'ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾ ਉੱਡ' ਖੇਡਣਗੇ। ਇਸ ਖੇਡ ਲਈ ਕੇਵਲ ਪੰਜ ਕੁ ਮਿੰਟ ਹੀ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਖੇਡ ਖਡਦੇ ਸਮੇਂ ਉੱਡਣ ਵਾਲੇ ਪੰਛੀ ਨੂੰ ਉਡਾਉਣ ਦੇ ਬੋਲ ਬੋਲਣ 'ਤੇ ਹੀ ਉੱਗਲ ਉੱਪਰ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਤੁਰੰਤ ਫੈਸਲਾ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਯਕੀਨ ਨਾਲ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਬਣਦਾ ਕਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਪੰਛੀ/ਜਾਨਵਰ/ਵਸਤੂ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਜੇ ਉਹ ਉੱਡਣ ਵਾਲਾ ਨਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਉੱਗਲ ਚੁੱਕ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਡਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਉਹ ਖੇਡ ਦੀ ਉਸ ਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਹਾਰ ਜਾਵੇਗਾ। ਗਲਤ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਗਲਤ ਕਾਰਜ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹਾਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹਾਰ ਵੀ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਵੀ ਜਿੱਤਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ। ਖੇਡਣ ਉਪਰੰਤ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਬੈਠ ਜਾਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਸ ਲੋਕ-ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਜਾਣ ਲੈਣਗੇ ਕਿ ਇਹ ਕਾਰਜ ਵੀ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਵੱਲੋਂ ਲੋਕ ਖੇਡ ਖੇਡਣ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਵਾਲਾ ਅਭਿਨੇ (ਰੋਲ) ਹੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਇਸ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਕਿਰਿਆ 8.5 : (ਕਿਸ ਵੀ ਵਿਸ਼ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਉਸ ਦੀਆਂ 3 ਸਤਰਾਂ ਪੜ੍ਹਨੀਆਂ)

ਚੌਥੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ 2-3 ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਜਮਾਤ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਅਧਿਆਪਨ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਆ ਕੇ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਪੰਨਾ ਨੰਬਰ ਦੱਸ ਕੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਪਹਿਲੀਆਂ ਤਿੰਨ ਸਤਰਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਪਿੱਛੇ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ। ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਪਿੱਛੇ-



ਪਿੱਛੇ ਉਹ ਸਤਰਾਂ ਪੜ੍ਹਨਗੇ। ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਉਪਰੰਤ ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਣਗੇ। ਇਹ ਕਿਰਿਆ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਬਣਨ ਦੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਵੇਗੀ।

ਵਰਕਸ਼ੀਟ

ਪਸ਼ਨ 1 ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੂਹ ਵੱਲੋਂ ਕਿਹੜੀ ਕਿਹੜੀ ਅਦਾਕਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ?

ਜਾਂਚ

ਪਸ਼ਨ 2 ਸਮੂਹ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਦਾਕਾਰੀ ਦਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਹੀ ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ

- | | |
|-----------|---------------------------|
| 1. ਸਮੂਹ-1 | ਲੋਕ-ਖੇਡ (ਚੜੀ ਉੱਡ, ਕਾ ਉੱਡ) |
| 2. ਸਮੂਹ-2 | 3 ਸਤਰਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ |
| 3. ਸਮੂਹ-3 | ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੱਸਣਾ |
| 4. ਸਮੂਹ-4 | ਬਲੈਕਬੋਰਡ ਉੱਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ |

ਪਸ਼ਨ 3 ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਤੁਕ ਦੀ ਢੁਕਵੀਂ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਭਰੋ

“ਸਾਡੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਦਾਕਾਰੀ ਦਾ ਅੱਜ ਦਾ ਇਹ ਪਹਿਲਾ _____ ਸੀ.” (ਸਫ਼ਰ/ਕਦਮ/ਢੰਗ)

ਪਸ਼ਨ 4 ਮੇਨੂੰ ਪੂਰਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਦ੍ਰਿਤ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਅਦਾਕਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ।
(ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)

ਜਾਂਚ

ਪਸ਼ਨ 5 “ਚੜੀ ਉੱਡ, ਕਾ ਉੱਡ” ਲੋਕ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਮੌਕੇ ‘ਤੇ ਸਵੇਰੇ ਭਰਸ਼ੇ ਨਾਲ ਸਹੀ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਸੀ ? (ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)

ਉੱਤਰ :

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਪਕ ਸਮੂਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਪਰੰਤ ਅਦਾਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਹ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਦ੍ਰਿਤ ਨਿਸ਼ਚੇ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਸਹਿਤ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਦੇ ਸਿਰ ‘ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮੇਜ਼ਲ ਉੱਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਰੰਭਕ ਯਤਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਨਾ ਮਿਲਣ ‘ਤੇ ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੇ ਆਤਮ-ਬਲ ਨਾਲ ਅਸਫਲਤਾ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵੀ ਇਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਰਹੇਗੀ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਸੋਚ ਰੱਖੇ ਕਿ ‘ਉਹ ਸਭ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ’।

ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੱਲ



ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਵੈ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ 'ਸਮੱਸਿਆ' ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਗੁੰਝਲ, ਰੁਕਾਵਟ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਸਥਿਤੀ ਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਜਾਂ ਵੱਡਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਠਰ੍ਹੇਮ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚੋ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਕੀ ਕੀ ਹੱਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਸਥਰ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਲਈ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਅਜਿਹਾ ਆਵਰਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸੋਚ ਰਾਹੀਂ ਵੱਡੀ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਜਾਵੋਗੇ। ਇੱਕ ਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਕਈ ਹੱਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੱਲ ਨੂੰ ਚੁਣਨਾ ਸਾਡੀ ਭੀਖਣ ਸੋਚ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ 'ਸਮੱਸਿਆ' ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਗੁੰਝਲ, ਰੁਕਾਵਟ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ 'ਸਮੱਸਿਆ' ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਗੁੰਝਲ, ਰੁਕਾਵਟ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਗੌਰਵ ਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਸੀ। ਉਹ ਬਚੇਨ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ੀਬਤ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਰੋਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ ਅਕਸਰ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਗੱਲ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਭੈਣ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਹ ਸਾਰਾ ਹੌਸਲਾ ਗਵਾ ਬੈਠਾ। ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਉਸਦਾ ਪੁੱਤਰ ਇੱਕ ਰੋਣ ਵਾਲਾ ਬੱਚਾ ਬਣੇ। ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਤਾਕਤਵਰ ਬਣੇ ਅਤੇ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਆਪ ਕਰੇ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਗੌਰਵ ਕਿਸੇ ਗੱਲੋਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਘਰ ਦੀ ਹਵਲੀ ਵਿੱਚ ਰੋਂਦੇ ਹੋਏ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, “ਤੂੰ ਕਿਉਂ ਰੋ ਰਿਹਾ ਹੈਂ?”



ਗੋਰਵ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਰੱਦੇ ਹਏ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਦੇ ਘਰ ਉਸ ਦੇ ਲੈਪਟਾਪ 'ਤੇ ਗੋਮ ਖੇਡਣ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਲੈਪਟਾਪ ਹੱਥੋਂ ਡਿੱਗ ਕੇ ਟੁੱਟ ਗਿਆ। ਉਹ ਡਰ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮਝ ਨਾ ਆਈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਕੀ ਹੈ? ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਦੁਬਾਰਾ ਉਸ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਆਪਣੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ ਕਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਆਪ ਕਰੇ।

ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਫਿਰਾਕੇ ਦੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਕਦਮਾਂ 'ਤੇ ਹੱਲ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਗਾ।

ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ : ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ।

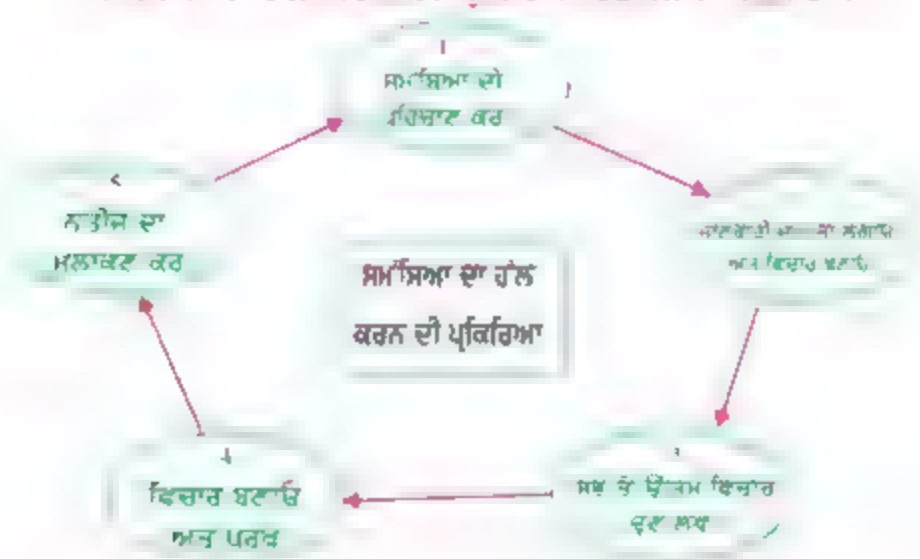
ਦੂਸਰਾ ਕਦਮ : ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।

ਤੀਸਰਾ ਕਦਮ : ਉੱਤਮ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ।

ਚੌਥਾ ਕਦਮ : ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਹੱਲ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨਤੀਜੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੋ।

ਪੰਜਵਾਂ ਕਦਮ : ਨਤੀਜੇ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ।

ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ



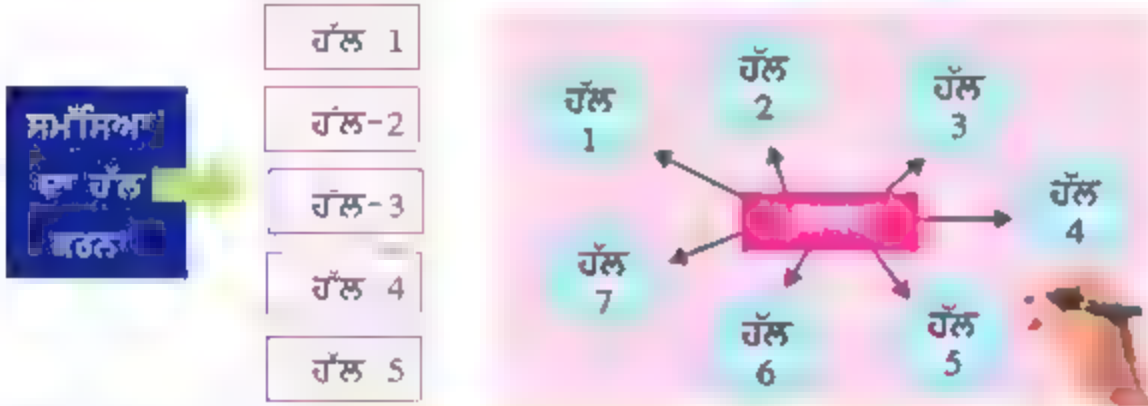
ਹੁਣ ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੀ ਕਹਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਗੋਰਵ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਿਚਾਰ ਆਏ ਹੋਣਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਵਿਚਾਰ	ਨਤੀਜੇ
ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਲੈਪਟਾਪ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆ ਤਾਂ ਸ਼ਕਰੀਨ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਸੀ।	ਜਿਸਦਾ ਖਤਰਨਾਕ ਗੋਰਵ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਨੂੰ ਝੂਠ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਮਿੱਤਰ ਸੱਚ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੋਰਵ ਆਪਣੀ ਮਿੱਤਰਤਾ ਗਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਮੈਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਸੀ ਕਿ ਲੈਪਟਾਪ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰ ਰਿਹਾ।	ਖਤਰਨਾਕ ਗੋਰਵ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਨੂੰ ਝੂਠ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਮਿੱਤਰ ਸੱਚ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੋਰਵ ਆਪਣੀ ਮਿੱਤਰਤਾ ਗਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਮੈਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਸੀ ਕਿ ਲੈਪਟਾਪ ਮੈਂ ਠੀਕ ਕਰਵਾ ਦਿਆਂਗਾ।	ਘਟ ਖਤਰਨਾਕ ਸ਼ਾਇਦ ਗੋਰਵ ਦਾ ਮਿੱਤਰ ਉਸ ਨਾਲ ਨਰਾਜ਼ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਮਿੱਤਰਤਾ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਵੇਗਾ।

ਸਾਰੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਚਾਰ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਸਮੂਹ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਆ ਕੇ ਬੈਠੇਗਾ।

ਕਿਰਿਆ 8.6

ਪਹਿਲਾ ਸਮੂਹ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਕੇ ਬੈਠੇਗਾ। ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਮੁਹਾਰਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੱਚ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਪੰਨਾ ਲਵੋ। ਇਸ ਦੇ ਸਾਰ ਵਿਕਲਪ ਲਿਖੋ। ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਹੱਲ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ। ਜੇ ਉਹ ਹੱਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।



ਕਿਰਿਆ 8.7

ਦੂਸਰੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਲਈ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਕੇ ਬੈਠੇਗਾ। ਮੰਨ ਲਵੋ ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਆਉਂਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਸਪੀਡ ਬਰੇਕਰ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਆਏ ਹਨ। ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਥਾਂਧੀ ਅਤੇ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਹੱਲ ਲੱਭੇਗਾ।



ਕਿਰਿਆ 8.8

ਤੀਸਰੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਤਸਵੀਰ/ਬਰਨ ਟੈਸਟ ਦਿਖਾ ਕੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਚਾਰਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਵਾਏਗਾ।

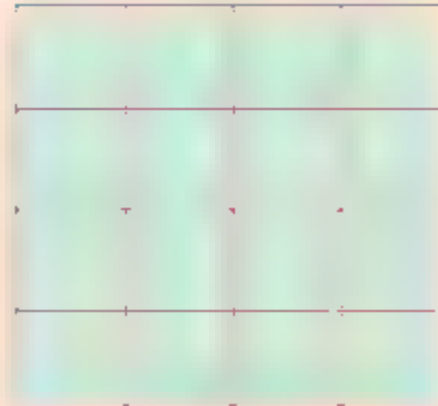
BRAIN TEST

$$\begin{aligned} \text{Three glasses} + \text{Three glasses} + \text{Three glasses} &= 75 \\ \text{Two glasses} + \text{One glass} + \text{One glass} &= 65 \\ (\text{Broken glass}) + \text{One glass} + \text{One glass} &= 47 \\ \text{Three glasses} + \text{One glass} \times (\text{Broken glass}) &= ? \end{aligned}$$

ਕਿਰਿਆ 8.9

ਚੌਥੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਤਸਵੀਰ ਬਲੈਕਬੋਰਡ ਤੇ ਬਣਾ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਪੂਰਵਕ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਹੇਗਾ ਅਤੇ ਜਿਸ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੱਢ ਲਿਆ ਉਸ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਜੇਤੂ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਸ ਕਿਰਿਆ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਵਰਗ ਹਨ।



ਵਰਕਸ਼ੀਟ

- | | | |
|--------|--|----------|
| ਸਮਾ. 1 | ਕੀ ਸਮੱਸਿਆ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ ? | ਹਾਂ/ਨਾਂਹ |
| ਸਮਾ. 2 | ਕੀ ਹਰੇਕ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? | ਹਾਂ/ਨਾਂਹ |
| ਸਮਾ. 3 | ਕੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਸਥਰ ਅਤੇ ਭੁੱਖੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ? | ਹਾਂ/ਨਾਂਹ |
| ਸਮਾ. 4 | ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅੱਖ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨਾਰਥਕ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖੋ | |

ਸ਼ਬਦ

ਸਮਾਨਾਰਥਕ ਸ਼ਬਦ

ਸਥਰ

ਨਜਿੱਠਣਾ

ਠਰ੍ਹੰਮਾ

ਬੇਚੇਨ

ਹਵੇਲੀ

.....

- ਸਮਾ. 5 ਮੁਸ਼ਕਲ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ? ਇਸ ਦਾ ਹੱਲ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਧਿਆਪਕ ਚਾਨਣ ਮਨਾਰਾ ਬਣਾ ਕੇ ਸਮੂਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਵੇਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਹੀ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਅਜਿਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਲ ਨਾ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਹੱਲ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕੱਢਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।





ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ: ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ



1. ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਸਾਰਥਕ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਢੰਗ ਸਮਝਣਾ।
2. ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਿਆਂ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਾਰਥਕ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ।
3. ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਅਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਰਾਹੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਅਰਥ-ਭਰਪੂਰ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

ਮਨੁੱਖੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਪਰਿਪੇਖ ਤੋਂ ਦੇਖੀਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਪਾਤਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਬਦੀਲੀ ਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ। ਤਕਨੀਕੀ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਨੇ ਹੀ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਪਸਾਰੀ ਹੈ। ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਆਉਣ ਨਾਲ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਹੀ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ। ਹੁਣ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਇਹ ਸਾਰੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਅੰਤਰ-ਸੰਬੰਧਤ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ ਇਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਖਾਲਾ ਕਰ ਸਕਣ।



ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਜਿੱਥੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਖੇਤਰ (ਅਕਾਦਮਿਕ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ, ਵਪਾਰਕ, ਕਲਾ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤ) ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹੈ। ਹੁਣ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆ ਗਿਆਨ, ਸੂਚਨਾ ਜਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਇਸ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ ਦੀ ਹੈ। ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਚਿੰਤਨ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕੀ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ? ਇਹ ਇੱਕ ਬੇਹੱਦ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਸੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਅਧਿਆਪਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅੰਦਰ ਅਜਿਹਾ ਰੁਝਾਨ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਵਿਹਾਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਸਮਝ ਸਕਣ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਚੋਣ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਿਰਿਆ 9.1 : ਸਕੂਲ ਦੀ ਕੰਪਿਊਟਰ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਕੇ ਅਪਣੀ ਜਮਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਪਾਠ (ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨਗੇ। ਵੀਡੀਓ ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੋਮੇ ਗੂਗਲ ਅਤੇ ਯੂ-ਟਿਊਬ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਅਧਿਆਪਕ ਇਸ

ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਜਾਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇਣੇ ਪੈਣਗੇ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੀ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਹ ਵਿਸ਼ਾ ਅਜਿਹਾ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੀਵਨ, ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਨੈਤਿਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੋਵੇ। ਅਧਿਆਪਕ ਦੋ-ਦੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਬਣਾ ਕੇ ਕੋਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚੁਣਨ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤ ਕਰੇਗਾ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਦੋਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕਠੇ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨਗੇ। ਹਰੇਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਭਰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।



ਜਮਾਤ	
ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਨਾਮ	
ਰੋਲ ਨੰਬਰ	
ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਭਾਲ (ਸਰਚ) ਕੀਤਾ ਵਿਸ਼ਾ	

(ੳ) ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ

ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਭਾਲ (ਸਰਚ) ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਗਪਗ 50-ਕੁ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ।	
ਕੀ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੀਆ ਲੱਗੀ?	
ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋਗੇ?	
ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਕਰੋਗੇ?	
ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ 'ਤੇ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਚੈਨਲ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ?	

ਕਿਰਿਆ 9.2

ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਪਰੋਕਤ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਵਾਲੀਆਂ ਸ਼ੀਟਾਂ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੌਖਿਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਲਈ ਹੀ ਕਰੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਧਿਆਪਕ ਪੰਜ-ਪੰਜ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਬਣਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵਿਚਾਰ-ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਕੀ ਦੇਖਦੇ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਜਾਂ ਸੁਣਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਿਚਾਰ-ਚਰਚਾ ਲਈ 10 ਮਿੰਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਰੇਕ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ:



ਵਰਕਸ਼ੀਟ

ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨ	ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਾਧਨ ਰਾਹੀਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੀ ਦੇਖਦੇ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਜਾਂ ਸੁਣਦੇ ਹੋ ?	ਇਸ ਦੇ ਦੁਹਾਨੂੰ ਕੀ-ਕੀ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?	ਇਸਦੇ ਦੁਹਾਨੂੰ ਕੀ-ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?
ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ			
ਮੋਬਾਈਲ			
ਇੰਟਰਨੈੱਟ			

ਇਸ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਇਹਨਾਂ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਪ੍ਰਤਿ ਸਮਝ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਕਾਰਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ:

1. ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇਖਣਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ, ਨੈਤਿਕ ਸਿੱਖਿਆ, ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ, ਇਤਿਹਾਸ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇ।
2. ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮੋਬਾਈਲ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਲਗਾਤਾਰ ਆਪਣੀ ਕਾਪੀ ਵਿੱਚ ਨੋਟ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਮੋਬਾਈਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਕਿਸ ਕੰਮ ਲਈ ਵਰਤਿਆ।
3. ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੋਂ ਕੋਈ ਦੋ ਦੇਸ਼ ਭਗਤੀ ਦੇ ਗੀਤ, ਦੋ ਸਿੱਖਿਆਦਾਇਕ ਫਿਲਮਾਂ (ਲਘੂ ਜਾਂ ਫੀਚਰ ਫਿਲਮ) ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਦੇਖਣਾ, ਸੁਣਨਾ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ ਹੈ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਨੁਕਤਿਆਂ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਨੋਟ ਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਨੋਟ ਵੀ ਕਰਨਗੇ। ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰੇਗਾ।

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਉਪਰੋਕਤ ਕਾਰਜ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਸ ਤੱਥ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਝ ਪੈਦਾ ਹੋ ਗਈ ਹੈ? ਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਸਮਝ ਲੱਗਿਆ

“ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਆਂ, ਅਧਿਕਾਰਤਾ ਅਤੇ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਵਿਭਾਗ”, ਪੰਜਾਬ।

ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਤੋਂ ਕੀ ਦੇਖਣਾ, ਸੁਣਨਾ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? ਮੁਲਾਂਕਣ ਵੇਲੇ ਹਰੇਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਉਪਰੋਕਤ ਤਿੰਨਾਂ ਕਾਰਜਾਂ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਅਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਸਹੀ ਚੋਣ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰੋਫਾਰਮੇ 'ਤੇ ਅੰਕ ਦੇਵੇਗਾ। ਮੁਲਾਂਕਣ ਉਪਰੋਕਤ ਤਿੰਨ ਨੁਕਤਿਆਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕੋਲ ਨੰਬਰ	ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਨਾਮ	ਦੇਖੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (10)	ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਭਾਲ (05)	ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ (10)	ਕੁੱਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅੰਕ (25)

ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅੰਕ ਦੇਣ ਦਾ ਪੈਮਾਨਾ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਵਿਵੇਕ ਅਤੇ ਸਮਝ ਅਨੁਸਾਰ ਤੈਅ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੁਲਾਂਕਣ ਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਹੋਸਲਾ ਅਫ਼ਜ਼ਾਈ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਸਮਝ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ।

ਇਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਮਝ ਸਕਣਗੇ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਬਹੁਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਹ ਸਵੈ-ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਇਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਪ੍ਰਤਿ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਹੋਵੇਗੀ।

